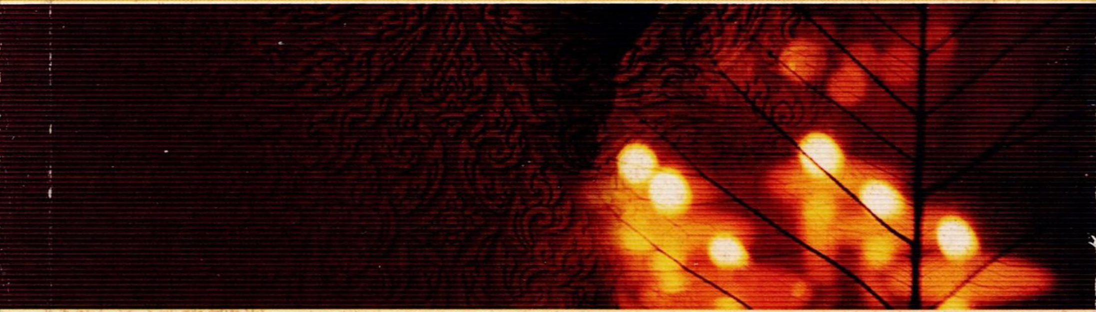
บัญชีชีวิต



ทุกคนเกิดมามีบัญชีชีวิตติดตัวมาด้วย
เป็นบัญชีที่ติดมากับใจหรือจิต
ซึ่งบันทึกเรื่องราวต่างๆไว้มากมาย ทั้งเรื่องดีและชั่ว
จากการกระทำของตน...

พระอาจารย์ชาญชัย อธิปญฺโญ

บัญชีชีวิต

พระอาจารย์ชาญชัย อธิปญฺโญ

บัญชีชีวิต

โดย

พระอาจารย์ชาญชัย อธิปญฺโญ

หมู่ ๓ คลอง ๑๐ ถนนรังสิต-นครนายก (หลัง อบต.บึงบา)
ต.บึงบา อ.หนองเสือ อ.หนองเสือ
จ.ปทุมธานี ๑๒๑๗๐ โทร. ๐๘๙-๙๖๓-๘๙๔๑

อุทิศแด่

บุพการีและเพื่อนร่วมทุกข์เกิดแก่เจ็บตายในวัฏสงสาร
มอบให้เป็นสมบัติของโลกเพื่อแจกเป็นธรรมทานห้ามนำไปจำหน่าย

ธรรมบรรณาการ

แด่

....

จาก

....

บัญชีชีวิต

โดย พระอาจารย์ชาญชัย อธิปญฺโญ

พิมพ์ครั้งที่ ๑	ตุลาคม	พ.ศ. ๒๕๔๘	จำนวน ๑๐,๐๐๐ เล่ม
พิมพ์ครั้งที่ ๒	ธันวาคม	พ.ศ. ๒๕๔๘	จำนวน ๔,๐๐๐ เล่ม
พิมพ์ครั้งที่ ๓	สิงหาคม	พ.ศ. ๒๕๔๙	จำนวน ๔,๐๐๐ เล่ม
พิมพ์ครั้งที่ ๔	เมษายน	พ.ศ. ๒๕๕๐	จำนวน ๕,๐๐๐ เล่ม

ISBN ๙๗๔-๙๓๕๕๓-๑-๘

พิมพ์ที่ บริษัท ออฟเซ็ท จำกัด
โทร. ๐-๒๙๔๓-๘๓๗๓-๔ โทรสาร. ๐-๒๕๑๐-๗๗๕๓

หนังสือเล่มนี้จัดพิมพ์โดย

คุณพ่อวัชระ - คุณแม่ทองสุก โลหารักษ์พงศ์ และครอบครัว
คุณชัยสิทธิ์ - คุณธนวรรณ เอกสิทธิพงษ์ และครอบครัว
(กุ้ง และ เจี๊ยบ)

โทร. ๐๘๕-๙๐๕-๒๓๓๓ หรือ โทร. ๐๒-๒๖๖-๘๒๔๕-๙

หนังสือธรรมะของพระอาจารย์ชาญชัย อธิปญฺโญ

๑. จริงตามความเป็นจริง

๒. กรรมและการเวียนว่ายตายเกิด

๓. ปมปริศนาสีนามิ

๔. บัญชีชีวิต

๕. ชีวิตคือละคร

๖. จากหอคอยสู่ดวงดาว

ลำดับเรื่องในเล่ม

บัญชีชีวิต ๑

๑. บัญชีทางโลก ๒

๒. บัญชีทางธรรม ๗

- รายรับ ๗
- รายจ่าย ๘
- กำไร-ขาดทุน (บุญ-บาป) ๑๕
- การปิดงบบัญชี ๑๗
- ทำหนึ่งให้ได้สอง ๒๓

นักแต่งนิยายน้ำเน่า ๓๓

๑. ชอบสิ่งใดก็คิดลำเอียงต่อสิ่งนั้น (ฉันทาคติ) ๓๔

๒. ไม่ชอบสิ่งใดก็คิดลำเอียงต่อสิ่งนั้น (โทสาคติ) ๓๖

๓. ไม่รู้สิ่งใดก็คิดลำเอียงต่อสิ่งนั้น (โมหาคติ) ๔๑

๔. กลัวสิ่งใดก็คิดลำเอียงต่อสิ่งนั้น (ภยาคติ) ๕๑

นักแต่งนิยายชีวิตจริง ๖๔

๑. เรื่องอนาคตให้คิดถึง**ความไม่แน่นอน** ๗๕

๒. เรื่องปัจจุบันให้คิด**ในแง่ดี** ๘๐

๓. เรื่องอดีตให้นำมา**เป็นบทเรียน** ๙๙

ปฐมบท

บัญชีชีวิต เป็นหนังสือที่ผู้เขียนประพันธ์ขึ้น โดยใช้หัวข้อบรรยาย บางหัวข้อ ในหลักสูตรการอบรมปฏิบัติธรรมที่**วัดตาดน้ำพุ**จัดขึ้น ซึ่งธรรมบรรยายดังกล่าว ผู้เขียนได้รับความเมตตาจาก**พระอาจารย์ไชยา อภิชโย** เจ้าอาวาสวัดตาดน้ำพุ ได้ให้โอกาสผู้เขียนเป็นผู้บรรยาย ผู้เขียนขอกราบระลึกถึงพระคุณของท่านมา ณ โอกาสนี้ เพราะการได้มีโอกาสเช่นนี้ ทำให้ผู้เขียนต้องคิดค้นเรื่องและเนื้อหาที่จะนำมาบรรยาย อันเป็นการช่วยพัฒนาความรู้และประสบการณ์ของผู้เขียนไปในตัวด้วย

การนำหัวข้อธรรมบรรยายเรื่อง **บัญชีชีวิต นักแต่งนิยายน้ำเน่า นักแต่งนิยายชีวิตจริง** มาเขียนรวมเล่มเป็นหนังสือ ได้เพิ่มรายละเอียดของเนื้อหามากขึ้นกว่าที่บรรยาย เพราะในช่วงการบรรยายไม่มีเวลาพอที่จะใส่เนื้อหารายละเอียดได้มากนัก กระนั้นก็ตามยังมีประเด็นของเนื้อหาที่สำคัญๆ ควรจะกล่าวถึงในหัวข้อธรรมเหล่านี้อีกหลายเรื่อง แต่ผู้เขียนไม่ประสงค์ที่จะให้หนังสือเล่มนี้หนาจนเกินไป จึงกำหนดขอบเขตของเนื้อหาสาระไว้เพียงนี้ ให้เป็นแนวทางไว้ เพื่อที่ผู้อ่านจะได้นำไปพิจารณาขยายผลยังเรื่องอื่นๆ ตามที่ตนสนใจต่อไป

หนังสือของผู้เขียนทุกเล่มตั้งใจจะมอบให้เป็นสมบัติของโลก พิมพ์แจกเป็นธรรมทาน ในการแจกจ่ายไปยังผู้สนใจนั้น **อาจารย์สุวรรณา สุวรรณผล** ได้อาสารับเป็นสื่อกลางแจกให้กับผู้ติดต่อขอมา งานดังกล่าวเป็นภาระไม่น้อยเลย เพราะต้องแจกให้กับผู้สนใจจำนวนมาก นับแต่เริ่มดำเนินการมา กระนั้นอาจารย์สุวรรณาก็มิได้เบื่อหน่าย ยังยินดีเต็มใจที่จะ

อาสารับหน้าที่นี้ต่อไป ผู้เขียนขออนุโมทนาในกุศลเจตนา และความเสียสละเป็นอย่างยิ่งของเธอมา ณ ที่นี้ด้วย

การพิมพ์หนังสือแจกเป็นธรรมทาน ต้องใช้ทุนทรัพย์สูง ในช่วงแรกมีผู้เห็นคุณค่ารับอาสานำไปพิมพ์ ซึ่งผู้เขียนก็ได้ช่วยบอกบุญญาติโยมที่ใกล้ชิดกันจริงๆ ไม่กี่ราย ช่วยทำบุญสมทบการพิมพ์ ต่อมาเมื่อหนังสือหมด มีผู้ต้องการเพิ่มขึ้น การพิมพ์ครั้งหลังๆ จึงสืบเนื่องกันมา มีผู้ได้รับประโยชน์ร่วมทำบุญกันมาเรื่อยๆบางรายอยากทำบุญแต่ก็ไม่สะดวกในการส่งปัจจัยมาให้ เพื่อสนองกุศลเจตนาของผู้ต้องการจะทำบุญพิมพ์หนังสือของผู้เขียน ผู้เขียนจึงเปิดบัญชี**กองทุนเพื่อสื่อธรรมะ**ขึ้นมา รายละเอียดเลขบัญชีปรากฏอยู่หน้าแรกๆ ก่อนหน้าปฐมบท วิธีการดังกล่าวช่วยให้เกิดความสะดวกแก่ผู้ประสงค์จะร่วมทำบุญ สามารถนำเงินฝากธนาคารเข้าบัญชี**กองทุนเพื่อสื่อธรรมะ**ได้ และผู้เขียนก็ได้ใช้เงินในกองทุนนี้ พิมพ์หนังสือเรื่อง **ปมปริศนาสีนามิ** (ครั้งที่ ๒) เรื่อง**กรรมและการเวียนว่ายตายเกิด** (ครั้งที่ ๕) นอกจากนี้ยังนำมาพิมพ์เรื่อง**บัญชีชีวิต**เล่มนี้ด้วย นับว่ามีความคล่องตัวกันทั้ง ๒ ฝ่าย คือผู้ร่วมทำบุญ และผู้จัดพิมพ์

อนึ่ง เงินในกองทุนเพื่อสื่อธรรมะ ใช่ว่าจะใช้เพื่อการพิมพ์หนังสือของผู้เขียนเท่านั้น ยังได้นำไปสมทบการพิมพ์หนังสือธรรมะของครูบาอาจารย์ท่านอื่น ตามโอกาสอันควรอีกด้วย หากมีมากพอก็อาจจะนำไปใช้ในการจัดทำสื่อธรรมะประเภทอื่น เช่น เทป ซีดี เอ็ม.พี ๓ หรือจัดหาอุปกรณ์เกี่ยวกับการอบรมปฏิบัติธรรม ตามความเหมาะสมต่อไป

ผู้เขียนขอตั้งจิตเจตนา อนุโมทนาในบุญกุศลของผู้ร่วมบริจาคทรัพย์เข้า**กองทุนเพื่อสื่อธรรมะ** ตลอดจนผู้ที่มีส่วนร่วมในการผลิตและจำหน่ายจ่ายแจกหนังสือเล่มนี้ ทั้งทางตรงและทางอ้อม รวมถึงโรงพิมพ์ที่พิมพ์หนังสือของผู้เขียนโดยคิดราคาพิเศษไม่หวังผลกำไรอีกทั้งผู้อ่านและผู้อุปัฏฐาก

ผู้เขียนที่ได้ทำบุญใส่บาตรในช่วงที่ผู้ขียนจำพรรษา ณ **บ้านห้วยโป่งกาน จ.แม่ฮ่องสอน** เป็นผลให้ผู้เขียนได้รับความสงบ สบาย สามารถเขียนหนังสือเล่มนี้สำเร็จได้

ขอท่านทั้งหลายผู้มีส่วนร่วมดังกล่าว จงประสบแต่สิ่งอันเป็นมงคลของชีวิต เจริญด้วยอายุ วรรณะ สุขะ พละ ปรารถนาในสิ่งใดที่ได้ตั้งไว้ด้วยความชอบ เพียรด้วยความชอบ ขอจงบรรลุผลสมดังปณิธานทุกประการด้วยเทอญ

พระอาจารย์ชาญชัย อธิปญฺโญ

บ้านห้วยโป่งกาน จ.แม่ฮ่องสอน

๘ กันยายน ๒๕๔๘

บัญชีชีวิต

คนทุกคนเกิดมามีบัญชีชีวิตติดมาด้วย เป็นบัญชีที่ติดมากับใจหรือจิต ซึ่งบันทึกเรื่องราวต่างๆ ไว้มากมาย ทั้งเรื่องดีและชั่ว จากการกระทำของตน

เรื่องที่แต่ละบุคคลทำไว้เรียกว่า**กรรม** นับแต่อดีตชาติอันยาวนาน ตลอดจนชาติปัจจุบัน ได้รับการบันทึกสะสมไว้ในจิต

จิตไม่มีวันตาย การตายในแต่ละชาติตายแต่เพียงร่างกาย

ด้วยเหตุนี้จิตแต่ละดวงของทุกชีวิตจึงบันทึกความ**ดี-ชั่ว** จากการกระทำของตน

ความดี เรียกว่า**บุญ** จะช่วยอุปถัมภ์ค้ำชูชีวิต นำความสุขมาให้

ความชั่ว เรียกว่า**บาป** จะคอยบั่นทอนเป็นอุปสรรคขัดขวางชีวิต นำความทุกข์มาให้

ชาวโลกมีทัศนคติถือเอาทรัพย์สิน โดยเฉพาะ**เงิน**เป็นตัววัดฐานะของบุคคลในสังคม

หากเปรียบในรูปของบัญชี **บุญ**จึงเปรียบได้กับ**ทรัพย์สิน** ใครมีมากก็จะร่ำรวย มีความเป็นอยู่อย่างสะดวก สบาย เป็นพื้นฐานของความสุข

บาป เปรียบได้กับ**หนี้สิน** ใครเป็นหนี้ใครก็ถูกเจ้าหนี้เขามาตามทวง ต้องใช้หนี้เขาคืน บางรายเป็นหนี้เล็กๆ น้อยๆ การใช้คืนก็ไม่กระทบกระเทือนนัก บางรายเป็นหนี้ใหญ่ เวลาใช้คืนย่อมกระทบกระเทือน ต่อสถานะความเป็นอยู่ของตนเป็นธรรมดา

เมื่อเป็นเช่นนี้เวลาได้รับเคราะห์กรรมหนักๆ ก็อย่าไปโทษใครเลย เป็นหนี้ที่เราติดค้างเขาอยู่ เขามาทวงคืน ใช้เขาคืนไปเสียจะได้สิ้นเรื่อง

ในทางบัญชีนั้นใครๆ ก็อยากมีทรัพย์สินมากๆ ไม่มีใครอยากมีหนี้สิน

แต่ใครเล่าเป็นผู้สร้างหนี้สินให้กับตน ถ้าไม่ใช่ตนเองเป็นผู้ก่อ

บัญชีชีวิตที่ติดตัวมาตั้งแต่เกิดดังกล่าวเรียกว่า **บัญชีทางธรรม** ซึ่งเป็นบัญชีที่มีความสำคัญ ดังจะกล่าวโดยละเอียดในตอนต่อไป

๑. บัญชีทางโลก

มีบัญชีชีวิตอีกชนิดหนึ่งเรียกว่า **บัญชีทางโลก**

เป็นบัญชีเกี่ยวกับทรัพย์สมบัติ สิ่งของ ตลอดจนสิ่งต่างๆ ที่บุคคลใช้ในการดำเนินชีวิต

บัญชีนี้มิได้ติดตัวมาตั้งแต่เกิดจึงต่างจาก**บัญชีทางธรรม**

บัญชีทางโลกเป็นสิ่งที่ทุกคนได้มาภายหลังจากเกิดแล้ว

โดยปกติวันแรกที่คนเราเกิดมาลืมตาดูโลกก็ได้ทรัพย์สิ่งของไว้ใช้

สอยตามที่มารดา-บิดา หรือผู้มีอุปการะหาให้

เป็นต้นว่า ได้เครื่องนุ่มห่มปกปิดร่างกาย ได้ของใช้ไม้สอยต่างๆ เพิ่มขึ้นเป็นลำดับ โดยที่เจ้าตัวยังไม่ได้ทำอะไรเลย หนังสือก็ยังไม่ได้เรียน งานการก็ยังไม่ได้ทำแต่ละคนได้รับทรัพย์สินสิ่งของมากน้อยตามฐานะของครอบครัว

ครั้นโตขึ้นทำงานหาเลี้ยงชีพได้ด้วยตนเอง ต่างก็หาทรัพย์สินให้กับตนเอง หาสมบัติวัตถุ หรือหาเงินเพื่อเลี้ยงชีวิต

เมื่อมีครอบครัวก็ยิ่งทำงานหนัก ขวนขวายหาเงินมากขึ้นเพราะมีภาระที่จะต้องเลี้ยงดูทั้งตนเอง และครอบครัว

ขณะเดียวกันทุกคนก็มีรายจ่าย เพื่อซื้อเครื่องอุปโภค-บริโภคตลอดจนบริการต่างๆ เพื่อความเป็นอยู่ของชีวิต

นอกจากนี้ยังมีรายจ่ายที่เป็นส่วนเกินโดยไม่จำเป็นต่อการดำรงชีวิต เช่น เล่นการพนัน เที่ยวเตร่ สนุกสนานบันเทิง เสพสิ่งที่เป็นโทษ เป็นต้น

ใครมีเงินมาก คนนั้นก็มีหน้ามีตา มีเกียรติ ได้รับความนับถือในสังคม

เพราะเงินมีสภาพคล่องสูงที่จะไปซื้อหาแลกเปลี่ยนสมบัติวัตถุอื่นๆ และใช้ซื้อบริการต่างๆ เพื่อความสะดวกสบายในการดำรงชีวิต

เงินจึงเป็นยอดปรารถนาของคนทุกชนชั้นในสังคม

ใครมีอำนาจทางการเงินสูง ก็สามารถมีอำนาจทางเศรษฐกิจ ทางการเมือง ทางการบริหาร และมีบทบาทในสังคมสูง

เงินจึงเปรียบเสมือนพระเจ้าของคนในยุควัตถุนิยม

บัญชีทางโลกทุกคนต้องรู้จักบริหารบัญชีของตน คือรู้จัก**หารายได้และควบคุมรายจ่าย**

รายได้หรือรายรับของแต่ละคนไม่แน่นอน เพราะต้องได้รับจากคนอื่นขึ้นอยู่ว่าคนอื่นเขาจะให้หรือไม่ จะให้มากหรือน้อยเราก็ไปบังคับเขาไม่ได้

เป็นต้นว่า หากทำมาค้าขาย ไม่ว่าจะเป็นขายสินค้าหรือบริการก็ตาม

รายได้ของแต่ละคนขึ้นอยู่กับลูกค้า ลูกค้าจะซื้อหรือไม่ซื้อเป็นสิทธิ์ของเขา จะไปบังคับให้ลูกค้าซื้ออย่างที่เราต้องการไม่ได้ **รายได้จึงไม่แน่นอน**

หากทำงานไม่ว่าจะเป็นองค์กรของรัฐ รัฐวิสาหกิจ เอกชน หรืออื่นๆ รายได้ของแต่ละคนขึ้นอยู่กับค่าจ้าง เงินเดือน ที่ได้ตกลงกันไว้ บางคนอาจจะได้ตามต้องการที่เรียกร้องเมื่อเริ่มงานครั้งแรก แต่การขึ้นเงินเดือนครั้งต่อๆ ไป จะไปบังคับผู้มีอำนาจพิจารณาเงินเดือนได้อย่างไรว่า ต้องขึ้นให้ตนเท่านั้นเท่านี้

บางคนเป็นเจ้าของกิจการเอง มีอำนาจกำหนดเงินเดือนหรือรายได้ของตนเอง แต่เงินเดือนและรายได้ดังกล่าว ย่อมขึ้นอยู่กับผลประกอบการในการดำเนินธุรกิจ ซึ่งก็ขึ้นอยู่กับลูกค้า หากผลประกอบการไม่ดี จะไปกำหนดเงินเดือน รายได้ ของตนสูงๆ ให้ได้ดังใจย่อมไม่ได้

ด้วยเหตุนี้รายได้หรือรายรับของแต่ละคนจึงไม่แน่นอน ขึ้นอยู่กับผู้มีอำนาจที่จะให้เรา

สำหรับรายจ่าย ซึ่งทุกคนจะต้องจ่ายเพื่อเลี้ยงชีพ และจ่ายตามหน้าที่ความรับผิดชอบต่อครอบครัว ต่อรัฐ (ภาษี) ต่อสังคม (ทำบุญ-บริจาค)

รายจ่ายบางอย่างจำเป็นต้องจ่ายเพื่อเลี้ยงชีวิตให้อยู่รอด บางอย่างเพื่อให้ถูกต้องตามกฎหมาย เช่น ภาษี ค่าเช่า ค่าน้ำ ค่าไฟ ค่าโทรศัพท์

แต่รายจ่ายบางอย่างอันเป็นรายจ่ายส่วนเกินความจำเป็นของชีวิต ไม่ต้องจ่ายก็ได้ เช่น บริโภคเกินความจำเป็น เที่ยวเตร่สนุกสนานบันเทิง เล่นการพนัน เสพสิ่งเสพติด สิ่งเหล่านี้ไม่จำเป็นต้องจ่ายก็ได้

หากบุคคลจ่ายเกินรายรับก็จะขาดทุน เป็นหนี้สิน

การรู้จักควบคุมรายจ่ายไม่ให้เกินรายรับ ก็จะมีเงินออม

อันที่จริงหากบุคคลรู้จักใช้สอยให้สมควรแก่อัตภาพ โดยไม่ต้องถึง

กับอดมื้อกินมื้อ เอาพอมีอยู่มีกิน ก็สามารถมีชีวิตอยู่ได้โดยไม่ต้องมีหนี้สิน

หนี้สินส่วนใหญ่เกิดจากการใช้จ่ายเพื่อสนองกิเลสตัณหาของตัวเอง คนจำนวนไม่น้อยมีหนี้สิน เพราะใช้จ่ายตามใจตัวเอง

บางคนมีทุกข์เพราะหนี้สินซึ่งมีจำนวนมาก ผ่อนไม่ทัน และดูเหมือนว่าชาตินี้ทั้งชาติก็ไม่สามารถใช้หนี้ให้หมดไปได้

บางคนไม่ค่อยจะทุกข์ร้อนในเรื่องหนี้สิน เพราะยังผ่อนได้ เมื่อหมดหนี้เก่า ก็หาเรื่องไปซื้อของใหม่ เพื่อสร้างหนี้ใหม่ต่อไปอีก

บางคนไม่มีหนี้สิน จึงไม่ทุกข์เพราะเรื่องดังกล่าว

อย่างไรก็ตามไม่ว่าบุคคลจะมีหนี้สินหรือไม่ก็ตาม ทุกคนต่างก็มีทรัพย์สิน หรือทรัพย์สมบัติของตน ไม่ว่าจะจนแค่ไหนก็ยังมีทรัพย์สมบัติติดตัวอยู่ อย่างน้อยก็ยังมีเสื้อผ้าปกปิดร่างกาย

ไม่เพียงแต่ทุกคนมีทรัพย์สมบัติอยู่ในปัจจุบันเท่านั้น แต่ละคนก็เคยมีทรัพย์สมบัติมาแล้วในอดีต ทุกๆ ช่วงวัยของชีวิต

แม้อยู่ในวัยทารกนอนแบเบาะก็มีเสื้อผ้า เครื่องนุ่งห่มปกปิดร่างกาย

แต่ละคนได้ใช้ทรัพย์สมบัติประจำตัว และทิ้งทรัพย์สมบัติไปแล้วมากมายนับไม่ถ้วน

ทรัพย์สมบัติเหล่านี้เป็นสิ่งที่นำวัตถุดิบของโลกมาผลิตมาใช้ ทรัพย์สมบัติทั้งหลายไม่ว่าจะมีค่ามาก มีค่าน้อย ซึ่งบางคนมีมากมายมหาศาล บางคนมีน้อยเพียงเพื่อยังชีพ **ล้วนเป็นทรัพย์สมบัติของโลกทั้งสิ้น เพราะนำวัตถุดิบจากโลกมาผลิต**

ที่ว่าเป็นสมบัติของคนนั้นคนนี้ เป็นเพียงสมมุติของชาวโลกที่กำหนดกันขึ้นมา เพื่อให้เกิดสิทธิหน้าที่ในการครอบครองและเพื่อป้องกันการละเมิดกรรมสิทธิ์ที่ได้กำหนดขึ้น

ไม่ว่าชาวโลกจะสมมุติสิ่งเหล่านี้ไว้อย่างไรและบุคคลจะครอบครอง

ตลอดจนโอนย้ายถ่ายมือในสมบัติต่างๆ เหล่านี้เพียงใดก็ตาม วัตถุสิ่งของดังกล่าวก็ยังคงเป็นสมบัติของโลกอยู่นั่นเอง

เพราะเมื่อผู้ที่ครอบครองสมบัติเหล่านี้ตายไปวันใดก็ไม่สามารถนำสมบัติที่ตนครอบครองไปจากโลกนี้ได้เลย คงทิ้งไว้กับโลกต่อไป

ด้วยเหตุนี้ไม่ว่าบุคคลจะมีทรัพย์สินเงินทองมากเพียงใด ตายไปแล้วบัญชีนี้ก็เป็นศูนย์ (0)

หรือแม้กระทั่งบุคคลจะมีหนี้สินที่ไปกู้ยืมจากสถาบันการเงินตลอดจนบุคคลอื่นๆ ไว้มากเพียงใด ตายไปแล้วบัญชีนี้ก็เป็นศูนย์ (0) เช่นกัน

ด้วยเหตุนี้บัญชีทางโลก ที่แต่ละคนสร้างขึ้นในชีวิตนี้ ไม่ว่าจะมีกำไร (มีทรัพย์สินมากกว่าหนี้สิน) หรือขาดทุน (มีหนี้สินมากกว่าทรัพย์สิน) สักเท่าใดก็ตาม เมื่อตายไปแล้วบัญชีนี้ก็เป็นศูนย์

บัญชีทางโลกจึงเป็นบัญชีชั่วคราว ของแต่ละชีวิตที่เกิดมาเป็นมนุษย์ในแต่ละชาติ

แม้ว่าเมื่อมีชีวิตอยู่บุคคลใดบุคคลหนึ่งจะมีหนี้สินมากกว่าทรัพย์สินซึ่งดูเหมือนว่าจะขาดทุนทางตัวเลขหรือทางบัญชี แต่โดยพฤตินัยแล้ว ถือว่าเขาได้กำไรจากการใช้สมบัติของโลก เพราะได้กินอาหาร ได้ใช้เครื่องนุ่งห่มได้ที่อยู่อาศัย และอื่นๆ โดยอาศัยสมบัติของโลกไปบริโภคมากมาย ทั้งๆ ที่แต่ละคนมาตัวเปล่ากันทั้งนั้น

ทุกคนจึงเกิดมาเพื่ออาศัยโลก มาใช้และทำลายสมบัติของโลกกันคนละไม่น้อย

สมบัติของโลกบางอย่าง โลกหรือธรรมชาติให้ใช้ฟรีๆ โดยไม่ต้องไปออกแรงหามาเลย ก็ได้ใช้อยู่ตลอดเวลา เช่น อากาศที่หายใจเข้า-ออก ทุกขณะ แสงแดด (ยามกลางวัน) ความมืด (ยามราตรี) น้ำจากแหล่งธรรมชาติ พื้นดินเป็นที่รองรับเรือนกาย เป็นต้น

ส่วนสมบัติอย่างอื่นเช่น เงิน ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่มห่ม ยานพาหนะ และอื่นๆ ที่แต่ละคนแสวงหา และสะสมกันอย่างไม่รู้จักอิ่มไม่รู้จักเบื่อ (เพราะตกอยู่ใต้อำนาจของตัณหา) โดยทุ่มเทชีวิตในการแสวงหาเป็นเวลายาวนาน ทำให้ต้องทุกข์ยากลำบากทั้งกายใจนั้น เป็นสมบัติที่มีไว้ใช้ ไว้ชม เพียงชั่วคราวเท่านั้นเอง ไม่จีรังยั่งยืนอะไร

กระนั้นคนทั่วไปก็ยังยึดถือสมบัติเหล่านี้เป็นสรณะของชีวิต เพราะไม่รู้ไม่เข้าใจความเป็นจริงของชีวิตนั่นเอง

๒. บัญชีทางธรรม

บัญชีทางธรรมหรือบุญ-บาปที่ติดตัวมาข้ามภพข้ามชาติ เป็นบัญชีที่ยืดเยื้อยาวนาน ไม่เหมือนกับบัญชีทางโลกซึ่งตายแล้วก็จบกันไป

หากพูดถึงบัญชีทางธรรมในรูปแบบของบัญชี ก็อาจจะพิจารณาในแง่มุมต่างๆ ได้ เป็นต้นว่า รายรับ-รายจ่าย กำไร-ขาดทุน การปิดงบบัญชีแต่ละงวด เป็นต้น ซึ่งจะยกตัวอย่างให้เห็นดังนี้

รายรับ รูปแบบของรายรับในบัญชีทางธรรมจะมีการรับเข้ามาจากประสาทสัมผัสอันมีตา หู จมูก ลิ้น กายและใจ

ทางตา รับเข้ามาเป็นภาพหรือรูป โดยการพบเห็นสิ่งต่างๆ ในชีวิตประจำวันซึ่งมีอยู่มากมาย

ทางหู รับเข้ามาเป็นเสียง โดยได้ยินเรื่องราวต่างๆ ตามที่ประสาทสัมผัสทางหู จะสามารถรับได้ในรัศมีของการได้ยิน

ทางจมูก รับเข้ามาเป็นกลิ่น

ทางลิ้น รับเข้ามาเป็นรสจากการกินอาหาร

ทางกาย รับเข้ามาเมื่อมีสิ่งต่างๆ สัมผัสกาย

ทางใจ รับเข้ามาเป็นความรู้สึก เมื่อสิ่งต่างๆ มากระทบประสาทสัมผัส

ทางตา หู จมูก ลิ้น และกาย นอกจากนี้แม้ไม่มีสิ่งมากระทบประสาทสัมผัส ใจก็อาจจะนึกคิดถึงเรื่องราวต่างๆ ได้

รายรับของบัญชีทางธรรมในแต่ละวัน จึงรับเอาสิ่งต่างๆ เข้ามามากมาย จนแต่ละบุคคลไม่สามารถจดจำได้

โดยปกติแล้วเราก็ไม่สามารถควบคุมรายรับของเราได้ เมื่อต้องไปอยู่ในสถานที่ใดสถานที่หนึ่ง ซึ่งต้องได้เห็น ได้ยิน ได้สัมผัส ได้สัมพันธ์

รายจ่าย รูปแบบในการจ่ายของบัญชีทางธรรม จะต่างจากการจ่ายในบัญชีทางโลก เพราะทางโลกจ่ายเป็นเงินตรา วัตถุสิ่งของ เพื่อซื้อหาหรือแลกเปลี่ยนสินค้าและบริการต่างๆ

ส่วนบัญชีทางธรรม การจ่ายออกไปทาง**กาย วาจา ใจ** ในการนี้ **ใจ** เป็นตัวสำคัญในการควบคุมการจ่าย เพราะใจรู้สึกนึกคิดอย่างไรก็จะ**พูด**(วาจา) **ทำ**(กาย) ไปตามความรู้สึกนึกคิด

ในบัญชีทางโลกนั้น การจ่ายจะจ่ายให้กับผู้อื่น ส่วนบัญชีทางธรรมจ่ายให้กับบุคคลอื่นก็ได้ จ่ายให้กับตนเองก็ได้

บัญชีทางโลกหากรายจ่ายมากกว่ารายรับจะขาดทุนเป็นหนี้ ส่วนบัญชีทางธรรมจะจ่ายมากหรือน้อยกว่ารับ ยังไม่แน่ว่าการจ่ายนั้นจะขาดทุนหรือกำไร ต้องดูสิ่งที่จ่ายออกไปนั้นว่าเป็นบุญ(ความดี-กุศล) หรือเป็นบาป(ความชั่ว-อกุศล)

ในแต่ละวันทุกๆ คนจะมีการจ่ายในบัญชีทางธรรมมากมายเหลือคณานับ เพราะได้แสดงออกทางกาย วาจา ใจ อยู่แทบตลอดเวลา นับแต่ตื่นขึ้นจนถึงหลับไป

ทุกครั้งที่คิดดี พูดดี ทำดี การจ่ายนั้นก็เป็นบุญ ที่ได้กับตนเอง ตรงข้ามทุกครั้งที่คิดชั่ว พูดชั่ว ทำชั่ว การจ่ายนั้นก็เป็นบาปที่ได้กับ

ตนเองเช่นกัน

ลำพังแต่ความคิด โดยยังไม่พูด ยังไม่ทำ ถามว่าเป็นบุญเป็นบาปไหม คำตอบก็คือ เมื่อมีความคิดเกิดขึ้น บุญหรือบาปก็เกิดขึ้นแล้วในดวงจิตของผู้คิด

บุญ คือความดีที่ผู้ทำทำไปแล้วไม่เดือดร้อน ทั้งขณะที่กระทำและหลังการกระทำ บุญจะนำความปีติ ความอิ่มเอิบใจ และสั่งสมคุณธรรมความดีให้กับผู้กระทำ

เมื่อบุคคลคิดว่าอยากจะทำความดี เช่น ตั้งใจจะทำบุญ ปฏิบัติธรรม ช่วยเหลือผู้อื่น ตลอดจนทำความดีต่างๆ ขณะนั้นบุญได้เกิดขึ้นแล้วในจิตใจ แม้ว่าสิ่งที่คิดบางอย่างอาจจะทำบางอย่างอาจจะไม่ได้ทำ

เพราะทุกครั้งที่คิดถึงสิ่งที่ดีงามเป็นบุญ-กุศล ก็จะสร้างนิสัยของจิตดวงนั้นให้เป็นจิตที่มีฐานกำลังของคุณธรรมความดี ชอบคิดในสิ่งที่ดี มีทัศนคติในทางที่ดี

เมื่อจิตมีฐานของคุณธรรมอยู่อย่างเข้มแข็งเช่นนี้ การพูดในสิ่งที่ดีและทำในสิ่งที่ดีก็ง่าย นอกจากนี้ยังเป็นกำลังที่จะต่อสู้กับฝ่ายบาป-อกุศลที่จะชักนำให้คิดในทางที่ไม่ดีอีกด้วย

ตรงกันข้ามกับการคิดไม่ดีหรือคิดชั่ว จะเป็นบาป-อกุศลอยู่ในจิต แม้ยังไม่พูด ไม่ทำตามความคิดนั้น

เพราะการคิดไม่ดีจะสร้างนิสัยไม่ดีให้เกิดขึ้นในจิต เนื่องจากจิตจะบันทึกหรือจดจำความคิดนั้นๆ ไว้ เป็นความเคยชินทำให้คิดไม่ดีง่ายขึ้นบ่อยขึ้น

การคิดไม่ดีอยู่เนืองๆ จะเป็นการทำร้ายตนเอง ทำให้ตนเองได้รับความเดือดร้อน เป็นบาป

เพราะบาปคือการกระทำใดๆ ที่ทำไปแล้ว ทำให้ตนได้รับความ

เดือดร้อนในภายหลัง เป็นต้นว่าบุคคลใดบุคคลหนึ่งคิดอิจฉาริษยาผู้อื่น ซึ่งเป็นความคิดที่ไม่ดี

ขณะที่เขาคิดอิจฉาผู้อื่น โดยยังไม่พูด ไม่แสดงให้ผู้อื่นรู้นั้น ผู้ถูกอิจฉายังไม่รู้สึกเดือดร้อน เพราะไม่รู้ แต่ผู้คิดเป็นผู้เดือดร้อน เพราะขณะที่คิดนั้นจิตใจย่อมเร่าร้อน ไม่เป็นสุข ความคิดของตนจึงทำร้ายตน

หากมีความคิดเช่นนี้บ่อยเข้า จะกลายเป็นคนขี้อิจฉา เห็นใครเขาดีกว่าก็อิจฉา ความคิดนี้เองจะเป็นกำลังผลักดันให้นินทาว่าร้าย (ทางวาจา) ผู้อื่น พูดจากระทบกระเทียบส่อเสียดให้ร้ายผู้อื่น ซึ่งถึงขั้นนี้เป็นการผิดศีลข้อมุสา ไม่เพียงแต่เท่านั้นหากปล่อยให้ความอิจฉารุนแรงยิ่งขึ้นจนถึงกับลงมือกระทำ (ทางกาย) ด้วยการกลั่นแกล้งหรือทำร้ายผู้อื่นไปเลยก็ได้

นี่เป็นเพียงความคิดไม่ดีในเรื่องอิจฉาเพียงเรื่องเดียวก็จะเห็นทุกข์โทษ ภัย ที่เกิดขึ้นกับผู้คิดถึงเพียงนี้ หากพิจารณาไปถึงเรื่องอื่นๆ จากความคิดไม่ดี ก็จะเห็นสิ่งชั่วร้ายปรากฏต่อผู้คิดอีกมากมาย

เช่น คิดโลภอยากได้ของผู้อื่นมาเป็นของตนโดยไม่ถูกต้องตามครรลองคลองธรรม นำไปสู่การคดโกง หรือคอรัปชั่น

คิดโกรธ เกลียดผู้อื่น นำไปสู่ความพยาบาทประทุษร้ายถึงกับฆ่าผู้อื่นได้

คิดเห็นแก่ตัว นำไปสู่ความตระหนี่เอารัดเอาเปรียบผู้อื่น

คิดเอาแต่สนุกสนานบันเทิง นำไปสู่การใช้ชีวิตที่ไม่มีแก่นสาร ไม่ประหยัด

คิดในเรื่องอบายมุข ไม่ว่าจะเป็นสุรา นารีหรือบุรุษ การพนัน เที่ยวเตร่ในยามราตรี เกียจคร้านในการงาน คบคนชั่วเป็นมิตร นำไปสู่ความเสื่อม

ชอบคิดเล็กคิดน้อย ทำให้เป็นคนหวั่นไหว เปราะบางทางอารมณ์ ขาดความหนักแน่น มองอะไรคลาดเคลื่อนไปจากความเป็นจริง มีความ

ทุกข์ในเรือนใจ

คิดในสิ่งที่ตรงกันข้ามกับความเป็นจริงตามหลักของ**ไตรลักษณ์** (อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา) จะเป็นผู้มีความเห็นผิด หลงยึดมั่นถือมั่น ว่าสิ่งที่ตนรักพอใจหวงไม่อยากให้เปลี่ยน (นิจจัง) เป็นความสุข (สุขขัง) เป็นของๆ ตน(อัตตา)

ครั้นเมื่อสิ่งนั้นเปลี่ยนไป(อนิจจัง) ก็เป็นความทุกข์(ทุกขัง) เพราะไม่ใช่ของตนจริงๆ จึงบังคับไม่ได้ดังปรารถนา(อนัตตา) เหล่านี้เป็นต้น

ความคิดก่อให้เกิดพฤติกรรมหรือการกระทำ แต่ละวันแต่ละคนคิดถึงเรื่องต่างๆ มากมาย ทั้งเรื่องที่ดี (บุญ-กุศล) และเรื่องที่ไม่ดี (บาป-อกุศล) ความคิดดังกล่าว นำความสุขใจ (ดีใจ-สมหวัง) และความทุกข์ใจ (เสียใจ-ผิดหวัง–ไม่ได้ดังใจ) มาให้แต่ละคนอยู่ทุกเมื่อเชื่อวัน

มีผู้ทูลถามพระพุทธองค์ว่า

อะไรนำ (สัตว์) โลก

อะไรทำให้ (สัตว์) โลกต้องดิ้นรน

สิ่งทั้งปวงตกอยู่ใต้อำนาจของอะไร

พระพุทธองค์ตรัสว่า **จิต (ความคิด) ถ้ารักษาจิตไว้ได้ก็รักษาได้ทุกอย่าง**

เมื่อเป็นเช่นนี้บุคคลควรระวังความคิด และควบคุมความคิดของตนโดยมีสติรู้ตัวอยู่เสมอว่ากำลังคิดอะไร หากคิดในสิ่งที่ไม่ดี เป็นบาป-อกุศลก็ให้หยุดเสีย ในขณะที่ความคิดนั้นเพิ่งก่อตัวขึ้น เหมือนไฟกองยังเล็กอยู่ย่อมดับง่าย เพราะถ้าปล่อยให้ความคิดนั้นสืบสานต่อไปเรื่อยๆ ก็จะมีกำลังผลักดันให้เกิดการกระทำ ทางกาย วาจา ในทางที่ไม่ดี เหมือนไฟได้เชื้อกองโตลุกโชนดับได้ยาก ฉันใดฉันนั้น

ขอให้เข้าใจว่าถ้าคิดถึงสิ่งไหน สิ่งนั้นก็จะย้อมใจให้เป็นไปตามความคิด กล่าวอีกนัยหนึ่งก็คือคิดอย่างไร ก็เป็นอย่างนั้น

ถ้าคิดดี ก็จะพูดดี ทำดี มีพฤติกรรมในทางที่ดี แต่ถ้าคิดไม่ดี ก็จะพูดไม่ดี ทำไม่ดี สร้างนิสัยไม่ดีให้กับตนเอง

ธรรมชาติของจิตไม่อยู่นิ่ง คิดได้สารพัดเรื่อง เหมือนน้ำที่ไหลไปเรื่อยและไหลลงสู่ที่ต่ำ หากใส่ในภาชนะหรือสร้างที่เก็บกักไว้ ก็จะส่งแรงดันไปรอบทิศทาง หาทางที่จะออกอยู่ตลอดเวลา แม้มีรูเล็กๆ ก็จะแทรกซึมออกไป ครั้นเมื่อไหลไปสัมผัสสิ่งใด ก็ปนเปื้อนสิ่งนั้น ถูกสิ่งที่สัมผัสย้อมสี กลิ่น รส ให้เป็นไปตามนั้น

จิตก็เช่นเดียวกัน พระพุทธองค์ตรัสว่า

ผู้มีปัญญาพึงควบคุมจิต
ที่เห็นได้ยากยิ่งละเอียดยิ่ง
ชอบใฝ่หาอารมณ์ที่ปรารถนาอยู่เสมอ
จิตที่ควบคุมได้แล้วย่อมนำสุขมาให้

(สุสุท ทะสัง สุนิปุณัง
ยัตถะ กามะนิ ปาตินัง
จิตตัง รักขะถะ เมธาวี
จิตตัง คุตตัง สุขาวะหัง)

นอกจากนี้ยังตรัสว่า

จิตที่เที่ยวไปไกล เที่ยวไปตามลำพัง
ไม่มีรูปร่างอาศัยอยู่ในกาย
ผู้ใดควบคุมได้
ผู้นั้นย่อมพ้นจากบ่วงแห่งมาร (กิเลส)

(ทูรัง คะมัง เอกะจะรัง
อะสะรีรัง คุหาสะยัง
เย จิตตัง สัญญะเมสสันติ
โมกขันติ มาระพันธะนา)

ความคิดของจิตเร็วมาก และไม่มีสิ่งใดมาขวางกั้น ไม่มีสิ่งใดที่จะมาคุมขังหรือพันธนาจิตไว้ได้ การตามดูจิตและรักษาจิตจึงเป็นเรื่องยากยิ่ง กระนั้นก็ตามบุคคลควรจะฝึกดูจิต (ความคิด ความรู้สึก) ของตนอยู่เสมอ ซึ่งจะพบว่าเมื่อใดที่มีสติดูว่าจิตจะคิดอะไร หรือกำลังคิดอะไรจิตก็จะหยุดคิด ครั้นสติอ่อนกำลังหรือเผลอจิตก็จะคิดต่อไป เป็นอยู่เช่นนี้ เหมือนโปลิสไล่จับขโมย แต่เราก็ไม่ควรย่อท้อ

ยามใดที่ว่างจากภารกิจ ควรฝึกควบคุมจิตให้หยุดคิดเสียบ้าง เพราะความคิดของจิตส่วนใหญ่จะคิดไปตามอำนาจของ**ตัณหา**ที่ครอบงำจิตอยู่ เป็นต้นว่า

คิดถึงรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ที่น่ายินดี **(กามตัณหา)**

คิดอยากได้ อยากมี อยากเป็น หรือคิดถึงสถานะที่น่ายินดีพอใจ **(ภวตัณหา)**

คิดขุ่นเคืองขัดใจในสิ่งที่ไม่ยินดี ไม่พอใจ แต่ต้องพบ ต้องสัมผัสสัมพันธ์กับสิ่งนั้น หรือคิดถึงสิ่งที่พลัดพรากไปแล้วด้วยความอาลัยอาวรณ์ **(วิภวตัณหา)**

ความคิดดังกล่าวล้วนสร้างกิเลสให้สั่งสมทับทวีขึ้นในจิต กล่าวคือความคิดที่เป็น**กามตัณหา ภวตัณหา** ทำให้อยากได้ ยินดี พอใจ นำไปสู่**ความโลภ** หรือราคะ โลภะ

ความคิดที่เป็น**วิภวตัณหา** นำไปสู่ความขุ่นเคือง **ความโกรธ** หรือ

โทสะ

ความคิดที่เป็นทั้งกามตัณหา ภวตัณหา และวิภวตัณหา เกิดจากความเห็นผิดของจิต เป็น**ความหลง** หรือ**โมหะ**

การควบคุมจิตให้หยุดคิด จึงเป็นการปิดช่องไม่ให้กิเลสตัณหาได้ทำงาน

จิตที่หยุดคิด จะเป็นจิตว่าง (จากอารมณ์) ทำให้จิตได้พัก มีความสงบเยือกเย็น นำปีติและสุขมาให้ เหมือนน้ำที่ขุ่นกระเพื่อมไหวอยู่ตลอดเวลา ครั้นหยุดกระเพื่อมไหว ฝุ่นละอองและตะกอนก็จะนอนก้น เห็นน้ำใสสะอาดตา

หากสามารถควบคุมให้จิตหยุดคิดได้อย่างช่ำชอง จนจิตเข้าสู่ความสว่างหรือความประภัสสรของจิตได้แล้ว การรู้เห็นสิ่งต่างๆ ของชีวิตตามความเป็นจริงก็จะตามมา จิตจะละความหลงที่เคยโง่เขลา หลงยึดมั่นสิ่งต่างๆ เป็นเหตุให้ตัณหาเข้าไปอาศัยครอบงำจิตอยู่อย่างยืดเยื้อยาวนาน จนเกิดอุปาทานยินดีพอใจต่อการเกิดในภพน้อยภพใหญ่

*เมื่อแสงสว่างของปัญญาเต็มรอบอยู่ในจิต จิตก็จะสลัดตัณหาออกไปได้ เมื่อนั้นชีวิตที่ถูกพันธนาการไว้ในภพทั้ง ๓ (กามภพ รูปภพ อรูปภพ) ก็จะเป็นอิสระ หลุดพ้นจากวัฏสงสารออกไปได้**

อย่างไรก็ตามแม้การฝึกควบคุมจิตยังไม่บรรลุถึงขั้นดังกล่าว ก็จะช่วยให้มีสติว่องไว รู้ว่าจิตกำลังคิดอะไร อยู่ในอารมณ์ใด ได้เร็วขึ้นกว่าก่อน และสามารถปรับความคิดของจิต ให้ว่างจากอารมณ์หรือความคิดที่เป็นอกุศลได้

การฝึกจิตให้หยุดคิด ศึกษาได้จากหนังสือเรื่อง* ***หลวงปู่ฝากไว้* *ของ* ***หลวงปู่ดุลย์ อตุโล***

กำไร-ขาดทุน (บุญ-บาป)

บัญชีทางโลกถ้ารายรับหรือรายได้มีน้อยกว่ารายจ่ายถือว่าขาดทุน ต้องหาเงินมาโดยการกู้หนี้ยืมสิน แต่บัญชีทางธรรมไม่เหมือนทางโลก การกำไรขาดทุน ไม่ได้หมายถึงจ่ายมากกว่ารับแล้วขาดทุนเสมอไป บางครั้งแม้จ่ายเพียงครั้งเดียวก็ขาดทุนย่อยยับไปเลยก็มีหรือจ่ายมากยิ่งได้กำไรมาก ขึ้นอยู่กับว่าจ่ายสิ่งที่เป็นคุณหรือเป็นโทษ เป็นบุญหรือเป็นบาป

ถ้าจ่ายสิ่งที่เป็นบุญ ยิ่งจ่ายมาก ยิ่งกำไรมาก

ถ้าจ่ายสิ่งที่เป็นบาป ยิ่งจ่ายก็ยิ่งขาดทุน

ตัวอย่างเช่นบ้านสองหลังปลูกติดกัน เจ้าของบ้านทั้งสองไม่ค่อยจะกินเส้นกันอยู่แล้ว

วันหนึ่งหมาทั้งสองบ้านกัดกัน เจ้าของบ้านหลังหนึ่งช่วยหมาของตนไปตีหมาของเพื่อนบ้าน ฝ่ายเพื่อนบ้านรู้เข้าก็โกรธ ทั้งสองฝ่ายทะเลาะกันอย่างรุนแรง ถึงกับลงไม้ลงมือชกต่อยกัน ฝ่ายที่สู้ไม่ได้ก็วิ่งไปเอาปืนในบ้านยิงอีกฝ่ายหนึ่งตาย

ฝ่ายที่ยิงเขาตายก็ต้องไปติดคุก เสียอนาคต ไม่เพียงแต่เท่านั้น เมื่อตายไป วิบากกรรมจากฆ่าคนตายก็จะติดตามไปในภพหน้า อาจจะไปเกิดในอบายภูมิ (นรก เปรต อสุรกาย สัตว์เดรัจฉาน) หรือเมื่อกลับมาเกิดเป็นคนก็ถูกคู่อริฆ่าตาย เป็นกงกรรมกงเกวียน จากการผูกอาฆาตพยาบาทจองเวรแก้แค้นกันไม่จบสิ้น

จะเห็นว่าการจ่าย (พฤติกรรม) ของทั้งสองฝ่าย ขาดทุนกันอย่างย่อยยับ ฝ่ายหนึ่งเสียชีวิต ฝ่ายหนึ่งติดคุก ต้องรับกรรมทั้งชาตินี้และชาติหน้า

ที่เป็นเช่นนี้เพราะความหลงของทั้งสองฝ่าย หลงยึดมั่นว่าเป็นหมาของฉัน (ถ้าเป็นหมาคนอื่นคงไม่มีเรื่องกัน) เมื่อมากัดหมาฉัน ตีหมาฉัน จึงทำให้ฉันโกรธ ความโกรธเกิดขึ้นที่จิต ความยึดมั่นก็เกิดขึ้นที่จิต เมื่อขาด

สติปัญญาควบคุมจิต ตัววิภวตัณหา(ไม่ยินดี ไม่พอใจ ในสิ่งที่ประสบ) จึงชี้นำจิตให้โกรธ ผลก็คือการแสดงออกทางวาจา (ทะเลาะกัน) และทางกาย (ทำร้ายกันฆ่ากัน) จึงตามมา ความดีที่สองฝ่ายเคยทำจึงถูกความชั่วจากอารมณ์ชั่ววูบมาบั่นทอนตัดรอนอย่างน่าเศร้าใจ

เรื่องทำนองอย่างนี้เกิดขึ้นอยู่เสมอ

มาดูอีกตัวอย่างหนึ่งซึ่งเกิดขึ้นในสมัยบรรพกาล ปรากฏในพระไตรปิฎกเป็นเรื่องของนาง**ขุชชุตตรา** ซึ่งเป็นหญิงค่อมเป็นคนรับใช้ของพระนางสามาวดี มเหสีของพระเจ้าอุเทน แห่งแคว้นวังสะ กรุงโกสัมพี นางค่อมเป็นผู้มีสติปัญญามาก ได้ฟังธรรมจากพระพุทธองค์ครั้งเดียวก็มีดวงตาเห็นธรรมได้เป็นพระโสดาบัน สามารถนำธรรมมาถ่ายทอดให้พระนางสามาวดี ฟังจนได้บรรลุเป็นพระโสดาบันได้เช่นกัน

ถามว่าทำไมผู้ที่เป็นเพียงหญิงรับใช้ซ้ำเป็นคนพิการหลังค่อม จึงมีบุญวาสนามากเช่นนี้

ในอดีตชาติของนางนั้น สมัยหนึ่งมีพระปัจเจกพุทธเจ้า (ผู้ตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้าในสมัยที่ว่างจากพุทธศาสนา แต่ไม่ประกาศศาสนา คือ ไม่นำสิ่งที่ตรัสรู้มาเผยแผ่) นางชอบทำบุญใส่บาตร นางเห็นพระปัจเจกพุทธเจ้าอุ้มบาตรที่มีข้าวร้อนๆ อยู่ทำให้มือร้อน จึงถวายวลัยงาเป็นที่รองบาตรให้กับพระปัจเจกพุทธเจ้า ๑๘ อัน ผลจากการถวายทานกับพระอริยเจ้าชั้นสูงเป็นบุญติดตัวมา ทำให้ชาตินี้นางมีปัญญามาก ได้ฟังธรรมครั้งเดียวก็มีดวงตาเห็นธรรม (เป็นพระโสดาบัน) อันเป็นพระอริยบุคคลเบื้องต้น รองจากพระสกทาคามี พระอนาคามี และพระอรหันต์

ถามว่าเหตุใดนางจึงหลังค่อม มูลเหตุก็คือมีพระปัจเจกพุทธเจ้าองค์หนึ่งหลังค่อม นางได้ล้อเลียนพระปัจเจกพุทธเจ้ารูปนั้น โดยทำแกล้งเดินหลังค่อม ผลของบาปอกุศลทำให้นางเกิดมาพิการหลังค่อม

ถามว่า เหตุใดนางจึงเป็นคนรับใช้ของพระนางสามาวดี มูลเหตุก็คือนางเกิดเป็นลูกเศรษฐีมหาศาล (มหาเศรษฐี) วันหนึ่งมีพระภิกษุณีซึ่งเป็นพระอรหันต์มาเยี่ยมบิดาและพี่สาวของนาง เศรษฐีและพี่สาวไม่อยู่นางจึงต้อนรับแทน นางถือวิสาสะใช้ให้พระภิกษุณีไปหยิบเครื่องสำอางมาให้ พระภิกษุณีรูปนั้นพิจารณาว่า ถ้าไม่ไปหยิบมาให้นาง นางอาจจะโกรธ จะเป็นเหตุให้นางตกนรกในชาติต่อไป ครั้นจะไปหยิบมาให้นาง ชาติต่อไปนางจะเป็นหญิงรับใช้ ด้วยความเมตตาภิกษุณีจึงเลือกวิบากกรรมสถานเบาอันจะเกิดแก่นาง จึงไปหยิบมาให้ ผลของวิบากกรรมจึงทำให้นางเกิดมาเป็นหญิงรับใช้ของพระนางสามาวดี

จะเห็นว่ากรรมดี ของนาง ขุชชุตตรา ในอดีตชาติ ส่งผลให้นางเป็นพระโสดาบัน กรรมชั่ว(ฝ่ายไม่ดี) ส่งผลให้นางเป็นหญิงค่อม คนรับใช้

ในแต่ละวันแต่ละบุคคล ทำกรรมไว้มากมาย ทั้งกายกรรม วจีกรรม และมโนกรรม กรรมเหล่านี้ ล้วนอยู่ในบัญชีทางธรรมทั้งสิ้น ซึ่งจะส่งผลต่อชีวิตของแต่ละคน ทั้งในชาตินี้และชาติหน้า

ด้วยเหตุนี้ การคิดดี พูดดี ทำดี จึงเป็นการจ่ายที่เป็นบุญ-กุศล เป็นกำไรของชีวิต ซึ่งจะมีอุปการคุณต่อตนเอง ทั้งในชาตินี้และชาติหน้า

ส่วนการคิดชั่ว พูดชั่ว ทำชั่ว เป็นการจ่ายที่เป็นบาป-อกุศลทำให้ชีวิตขาดทุน มีวิบากกรรมที่จะต้องชดใช้ ทั้งในชีวิตที่เป็นอยู่และในโลกหน้า

ดังนั้นการระมัดระวังกาย วาจา ใจ จึงเป็นเรื่องที่สำคัญยิ่ง

การปิดงบบัญชี

บัญชีทางโลก หากเป็นองค์กร เช่น บริษัท ห้างร้าน รัฐวิสาหกิจ จะมีการปิดงบบัญชี เพื่อตรวจดูรายรับรายจ่ายที่ผ่านมาว่ากำไรหรือขาดทุน มีทรัพย์สินและหนี้สินอยู่เท่าใด ทั้งนี้เพื่อให้รู้ถึงสถานะขององค์กร จากการ

ดำเนินกิจกรรมที่ผ่านมาในช่วงเวลาหนึ่งๆ

บางองค์กรมีการปิดงบดุลปีละครั้ง หรือ ๒ ครั้ง หรือรายไตรมาส (๓ เดือนครั้ง) บางองค์กรมีการปิดงบกระแสเงินสดทุกเดือนเพื่อให้รู้ถึงสภาพคล่องทางการเงิน

หากเป็นบุคคลแต่ละคน ยากนักที่จะมีใครทำบัญชีรับจ่ายรายวันของตน จึงไม่สามารถปิดงบบัญชีส่วนตัวได้ ทำได้แต่เพียงดูว่าตอนนี้เป็นหนี้เขาอยู่เท่าไร หรือหากไม่มีหนี้มีเงินฝากอยู่กับสถาบันการเงินอยู่เท่าใด

บางคนมีทั้งหนี้และเงินฝาก หากมีหนี้มากกว่าเงินฝาก และทรัพย์สินที่ตนมีอยู่ ก็ถือว่าขาดทุนในรูปของบัญชี แต่ถ้ามีเงินฝากและทรัพย์สินมากกว่าหนี้สิน ก็ถือว่ายังมีกำไรในรูปของบัญชี พออุ่นใจได้ว่าหากต้องชำระหนี้ทั้งหมด ยังมีเงินที่จะชำระได้ แม้ว่าเงินสดที่มีอยู่จะไม่พอชำระหนี้ขายทรัพย์สินบางอย่างออกไป ก็สามารถชำระหนี้ได้

ด้วยเหตุนี้การกำไร-ขาดทุนในรูปแบบบัญชีทางโลกจึงเห็นได้ง่ายหรือพอจะดูออกเพราะเป็นรูปธรรม

แต่ในทางธรรมใครเลยจะรู้ว่าชีวิตของตนที่ผ่านมามีกำไรหรือขาดทุน มีบุญอยู่เท่าใด บาปอยู่เท่าใด ใครจะรู้ได้

เพราะบุญบาปในบัญชีทางธรรมนั้น มีต้นทุนติดตัวมาตั้งแต่เกิด นอกจากนี้บัญชีทางธรรมยังมีลักษณะทั้งที่เป็นรูปธรรม เช่น ฆ่าสัตว์ ลักทรัพย์ ประพฤติผิดในกาม พูดเท็จ ดื่มสุรา สิ่งเสพติด ซึ่งพอจะนับการกระทำแต่ละครั้งได้ แต่ใครเลยจะคอยนับ และผลของการกระทำจะมีโทษมากน้อยเพียงใดก็ยังไม่ทราบ เพราะบางอย่างยังไม่แสดงออกเป็นรูปธรรม

การกระทำบางอย่างเป็นนามธรรม เช่น ความคิดซึ่งไม่ปรากฏให้เห็นเป็นรูปธรรม จึงไม่สามารถทราบปริมาณ-คุณภาพได้ ยิ่งไปกว่านั้น บัญชีทางธรรมยังมีของเก่าที่สะสมมาแต่ในอดีตชาติ ในชาตินี้ยังมาทำสมทบ

เข้าไปอีกทั้งบุญทั้งบาปจึงเพิ่มความสลับซับซ้อนทำให้ไม่สามารถประเมินได้

บางคนสงสัยว่าทำไมตนเองทำบุญใส่บาตรอยู่เป็นประจำ จึงไม่เห็นรวยสักที เพื่อนบ้านซึ่งมีฐานะดีกว่าตนไม่เห็นจะทำบุญอย่างตน ทำไมจึงรวยกว่า ทำให้สงสัยว่าทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว มีจริงหรือ

ที่เป็นเช่นนี้เพราะเขาพิจารณาแต่บัญชีทางธรรมในชาตินี้ ไม่ได้ตระหนักว่าชาติก่อนตนทำทานไว้น้อย หรืออาจตระหนี่ถี่เหนียว หรือไม่อุปการะบุคคลที่ควรจะอุปการะ เช่น มารดา-บิดา เป็นต้น ส่วนเพื่อนบ้านเขาทำบุญในอดีตชาติไว้มาก กำลังของบุญเก่ายังส่งผลอยู่ เขากำลังกินบุญเก่าในชาตินี้

อย่างไรก็ตามเรื่องดังกล่าวอย่าเป็นเหตุให้ผู้ทำบุญท้อถอย หมั่นสะสมบุญของตนต่อไป ไม่ช้ากำลังบุญที่รวมกันไว้ก็จะส่งผล แม้ว่าตนจะยังไม่รวย แต่ก็ไม่ถึงกับอดอยาก ยังมีอยู่มีกิน ซึ่งก็ถือว่าดีแล้ว หากรู้จักใช้จ่ายให้สมควรแก่อัตภาพ ก็หาความสุขได้ และพัฒนาคุณธรรมให้เจริญยิ่งๆ ขึ้นไปได้ ที่ทุกข์ใจก็เพราะอยากจะรวยอย่างคนอื่นเขานั่นเอง

ส่วนผู้ที่มีฐานะดีแต่ไม่สนใจทำบุญนั้น ปล่อยเขาไป หากบุญเก่าเขาหมดลงไม่หาของใหม่เข้าเติม วันหนึ่งเขาจะลำบากขัดสนเอง

บางคนชีวิตที่ผ่านมาตั้งหน้าตั้งตาทำความดีมากกว่าทำความชั่ว โดยพื้นฐานมีจิตใจเป็นคนดี แต่อยู่ๆ ก็ได้รับวิบากกรรม ชีวิตต้องลำบากเดือดร้อน หรือมีอุบัติเหตุอันตราย หรือโรคภัยไข้เจ็บเกิดขึ้น

กรณีเช่นนี้ปรากฏให้เห็นอยู่ทั่วไป ทำให้หลายคนสงสัยและไม่เชื่อเรื่องกรรม เพราะเขาเห็นว่าทำไมคนดีๆ จึงต้องรับเคราะห์กรรมอย่างนี้ แต่คนชั่วที่มีพฤติกรรมน่ารังเกียจเห็นกันอยู่ชัดเจน กลับลอยหน้าลอยตามีความเป็นอยู่อย่างดีในสังคม

ที่เป็นเช่นนี้ก็เพราะเราเห็นแต่บัญชีทางธรรมในปัจจุบัน ไม่รู้ถึง

ต้นทุนของบุญ-บาปในอดีตชาตินั่นเอง

การที่คนดีได้รับเคราะห์กรรม นั่นเป็นเพราะวิบากกรรม หรือกรรมชั่วบางอย่างในอดีตที่เขาทำไว้ ตามมาสนองในจังหวะเวลานั้นๆ ส่วนคนทำชั่วยังไม่ได้รับผลแห่งกรรม เป็นเพราะว่ากำลังบุญในอดีตที่เขาทำไว้ยังส่งผลอยู่ เมื่อกำลังบาปที่เขาสะสมมากกว่ากำลังบุญเมื่อใด เมื่อนั้นเขาก็จะได้รับวิบากกรรม เรื่องนี้อย่าเป็นห่วงเลย

เมื่อบุคคลไม่สามารรถหยั่งรู้ว่าบุญ-บาป ของตนที่ทำไว้ แต่อดีตชาติจวบจนถึงปัจจุบันในขณะนี้มีอะไรบ้าง อย่างไหนมีมาก อย่างไหนมีน้อย ทางที่ดีที่สุดคือสะสมบุญให้มากๆ ส่วนบาปอย่าไปทำอีกเลย เพราะชีวิตที่ผ่านมาเราแต่ละคนก็ทำกันไว้คนละไม่น้อย

หลักธรรมคำสอนของพระพุทธองค์ทรงแสดงไว้ในโอวาทปาฏิโมกข์ อันเป็นหลักสำคัญที่พระพุทธเจ้าทุกๆ พระองค์ทรงสอนมีใจความว่า

การไม่ทำบาปทั้งปวง *(สัพพะปา ปัสสะ อะกะระณัง)*

การทำกุศล *(บุญ)* **ให้ถึงพร้อม** *(กุศะละ สู ปะสัม ปะทา)*

การชำระใจให้ผ่องใส *(สะจิตตะปริโย ทะปะนัง)*

นี่คือคำสอนของพระพุทธเจ้าทุกๆ พระองค์ *(เอตัง พุทธา นะสาสะนัง)*

พระพุทธองค์ยังมีพุทธพจน์อีกว่า

พึงเร่งทำความดี *(อะ ภิต ถะเรถะ กัลยาเณ)*

และห้ามจิตจากความชั่ว *(ปาปาจิตตัง นิวาระเย)*

เพราะเมื่อทำความดีช้าไป *(ทันธัง หิ กะระโต ปุญญัง)*

จิตจะยินดีในความชั่ว *(ปาปัสมิง ระมะตี มะโน)*

ขอให้ตระหนักว่า แม้ทำความดีสักร้อย-พันครั้ง แต่ถ้าทำความชั่วหนักๆ เพียงครั้งเดียว ผลของความชั่วจะตามสนองทำให้ชีวิตต้องทุกข์ยาก

เป็นเวลายาวนานก็ได้

เช่น บางคนเป็นคนดีมีความประพฤติดี แต่วันหนึ่งเพื่อนชวนไปกินเหล้าจนเมา ขับรถเกิดอุบัติเหตุตัวเองต้องพิการไปตลอดชีวิต

ด้วยเหตุนี้อย่าประมาทในความชั่ว อย่าประมาทในศีล ๕ หากผิดศีลข้อใดข้อหนึ่งสถานหนัก ชีวิตอาจจะจมปลักอยู่ในความมืดได้

โดยที่บุคคลยากที่จะปิดงบบัญชีทางธรรมของตนได้ ดังนั้นควรจะนำหลักธรรมที่พระพุทธองค์ทรงสอนพระราหุลมาเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต

พระพุทธองค์ตรัสสอนพระราหุลมีใจความว่า ก่อนคิด ก่อนพูด ก่อนทำ ควรพิจารณาดูก่อนว่า ความคิด คำพูด การกระทำนั้นๆ เป็นคุณหรือเป็นโทษ หากเป็นไปเพื่อเบียดเบียนตนเอง และหรือผู้อื่นก็ไม่ควรจะคิด จะพูด จะทำ ในสิ่งนั้นๆ แต่ถ้าเป็นคุณไม่เบียดเบียนตนและหรือผู้อื่นควรจะคิด จะพูด จะทำ ในสิ่งนั้นๆ

หรือขณะกำลังคิด กำลังพูด กำลังทำ ในสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ก็ให้รู้ตัวว่าที่ตนกำลังคิด กำลังพูด กำลังทำ อยู่นั้นเป็นคุณหรือเป็นโทษ ถ้าเป็นคุณให้ดำเนินการต่อไป แต่ถ้าเป็นโทษให้หยุดเสีย

หรือแม้ว่าหลังจากได้คิด ได้พูด ได้ทำไปแล้ว ก็ให้นำมาพิจารณาดูว่าที่ได้คิด ได้พูด ได้ทำ ไปแล้วเป็นคุณหรือเป็นโทษ ถ้าเป็นโทษควรนำมาสอนใจว่าต่อไปจะระมัดระวังไม่ทำเช่นนั้นอีก แต่หากเป็นคุณให้นำมาเป็นเครื่องบำรุงใจ เพื่อเป็นกำลังใจที่จะทำเช่นนั้นต่อไป

การมีสติระลึกรู้ทั้งก่อน (อนาคต) ขณะ (ปัจจุบัน) หลัง (อดีต) ในความคิด คำพูด และการกระทำ เท่ากับเป็นการเตรียมการหรือวางแผน (planning) ดำเนินการ (implementation) และประเมินผล (evaluation)อันเป็นหลัก

การบริหารที่ฝรั่งนำมาสอนกันอยู่ในปัจจุบัน เป็นหลักการสำคัญในการควบคุมพฤติกรรม

เพราะการเตรียมการหรือวางแผนนั้น ทำให้เราสามารถเลือกสิ่งที่เหมาะสมหรือเป็นคุณ ของความคิด คำพูด การกระทำ อะไรที่จะนำไปสู่ความทุกข์ เดือดร้อน ทั้งต่อตนเองและหรือผู้อื่น ก็ปรับเปลี่ยนเสีย เลือกแต่สิ่งที่เป็นคุณประโยชน์

การพิจารณาขณะที่กำลังคิด กำลังพูด กำลังทำอยู่ จะช่วยให้พฤติกรรมที่กำลังแสดงออก เป็นไปอย่างมีสติ ขณะที่แสดงอยู่นั้นให้ประเมินความรู้สึกของผู้รับด้วยว่าเขารู้สึกเช่นไร ถ้าเขารู้สึกในทางที่ไม่ดีก็ให้ปรับเปลี่ยนให้เข้ากับสถานการณ์หรือหยุดเสีย อันจะช่วยให้พฤติกรรมที่แสดงไปนั้นเกิดสัมฤทธิ์ผลในทางที่ดี

การพิจารณาสิ่งที่ได้คิด ได้พูด ได้ทำ หลังจากที่แสดงไปแล้ว เป็นสิ่งที่ควรทำ เพราะเป็นประโยชน์อย่างยิ่ง โดยปกติก่อนและขณะคิด พูด ทำ สติไม่มีกำลังพอที่จะรู้ตัว จึงพิจารณาไม่ทัน แต่เมื่อแสดงออกไปแล้ว ย่อมมีเวลาที่จะนำมาทบทวนได้ การทบทวนดังกล่าวจะช่วยแก้ไขขัดเกลาพฤติกรรมของตนและช่วยพัฒนาความคิด คำพูด การกระทำในทางที่ดี เป็นคุณต่อตนเองและผู้อื่นยิ่งๆ ขึ้น

หลักการพิจารณา**ก่อน ขณะ** และ**หลัง คิด พูด ทำ** ดังกล่าว เป็นการปิดบัญชี กาย วาจา ใจ ของแต่ละบุคคลในชีวิตประจำวัน จะช่วยให้เราทราบว่าที่จะแสดง กำลังแสดง หรือแสดงไปแล้วมี **กำไร** หรือ**ขาดทุน** เป็นบุญหรือเป็นบาป หากมีกำไรเป็นบุญ ก็ควรทำต่อไป และทำให้มากยิ่งขึ้นในทุกโอกาส หากขาดทุนเป็นบาป ก็ควรจะหยุดเสีย อย่าให้บัญชีนี้เพิ่มขึ้นอีกเลย เพราะเท่าที่มีอยู่ก็ต้องคอยชดใช้เจ้าหนี้ที่ตามมาทวงแทบแย่อยู่แล้ว

ทำหนึ่งให้ได้สอง

ทำอย่างไรเราจะทำบัญชีทางโลกให้ได้บัญชีทางธรรมที่เป็นกำไรทั้ง ๒ ฝ่าย

และทำอย่างไรเราจะทำบัญชีทางธรรมให้ได้บัญชีทางโลกที่เป็นกำไรทั้ง ๒ ฝ่ายเช่นกัน

เราสามารถทำ ๑ ให้ได้ ๒ ในบัญชีทั้ง ๒ ฝ่ายได้ หากใช้สติปัญญา แต่ถ้าขาดสติปัญญาแล้ว ทำ ๑ อาจจะขาดทุนทั้ง ๒ อย่างได้

ในการประกอบอาชีพหรือดำเนินชีวิตประจำวัน หากบุคคลมีความเห็นที่ถูกต้อง(มีสัมมาทิฐิ) เชื่อในเรื่องกฎแห่งกรรม เกรงกลัวผลของกรรมชั่วที่จะได้รับ บุคคลจะถือศีลได้ จะเป็นผู้ที่มี**วาจาชอบ*** (สัมมาวาจา) **การกระทำที่ชอบ** (สัมมากัมมันตะ) อาชีพสุจริต (สัมมาอาชีวะ) การมีศีลดังกล่าวส่งผลให้ทำบัญชีทางโลกและบัญชีทางธรรมมีกำไร เป็นบุญไปในคราวเดียวกัน กล่าวคือ

การมี**วาจาชอบ** (สัมมาวาจา) ได้แก่ การไม่พูดเท็จ ไม่พูดส่อเสียด ไม่พูดคำหยาบ ไม่พูดเพ้อเจ้อ

เมื่อไม่พูดเท็จ คำพูดของบุคคลนั้นก็เป็นที่เชื่อถือของคนโดยทั่วไป ไม่ว่าจะเป็นลูกค้า ผู้บังคับบัญชา เพื่อนร่วมงาน ผู้ใต้บังคับบัญชา ทำให้เป็นผู้ที่มีเครดิตทางคำพูด ซึ่งการติดต่อค้าขายและรับบริการกันนั้น ไม่มีใครชอบถูกหลอก หรือถูกโกหก เมื่อเป็นเช่นนี้การค้าและการให้บริการต่อกันจึงเป็นไปด้วยความซื่อสัตย์ ลูกค้าก็ชอบ ผู้รับบริการก็ติดใจ

เรื่อง* ***วาจาชอบ* *หากสนใจศึกษาเพิ่มเติมได้จากหนังสือ* ***สัมมาวาจา*** *ของ* ***พระอาจารย์ประเสริฐ สุปญฺโญ*** วัดซานฟรานธัมมาราม สหรัฐอเมริกา

ส่วนการไม่พูดส่อเสียด ไม่พูดคำหยาบ ทำให้บุคคลเป็นผู้พูดจาไพเราะ ไม่กระด้าง ไม่ระคายหู เป็นปิยะวาจา อันเป็นวาจาที่ผู้ฟังรู้สึกรักใคร่พอใจผู้พูด

สำหรับการไม่พูดเพ้อเจ้อ คือไม่พูดในสิ่งที่ไร้สาระนั้นทำให้ผู้พูดเป็นผู้ที่พูดในสิ่งที่มีสาระ พูดเป็นอรรถเป็นธรรม คำพูดจึงเป็นสุปิยะวาจา คือพูดดี ไพเราะ มีประโยชน์ คำพูดเช่นนี้ สมดังที่สุนทรภู่ท่านว่า

อันอ้อยตาลหวานลิ้นแล้วสิ้นซาก

แต่ลมปากหวานหูไม่รู้หาย

การมีศีลในเรื่องวาจาชอบดังกล่าว ส่งเสริมให้ผู้ปฏิบัติทำมาค้าขึ้น ทำงานก็เป็นที่รักของผู้บังคับบัญชาเพื่อนร่วมงานมีกำไรในทางบัญชีทางโลก ขณะเดียวกันคำพูดที่เป็นประโยชน์เป็นอรรถเป็นธรรมต่อผู้ฟัง ทำให้ผู้ฟังคลายความทุกข์ ช่วยปลอบปลุกใจเมื่อเขาผิดหวัง เขาเศร้า ให้ความรู้ความเห็นในทางที่ถูกที่ควร คำพูดดังกล่าวก็เป็นบุญ เป็นกำไรในบัญชีทางธรรมด้วย

ตรงข้ามหากวาจาเป็นมิจฉา คือพูดโกหก พูดส่อเสียด พูดคำหยาบ พูดเพ้อเจ้อ นั้น

ผู้ฟังย่อมไม่ชอบ เป็นคำพูดที่ก่อศัตรู ไล่ลูกค้า ทำมาค้าขายย่อมไม่ขึ้น หามิตรได้ยาก ไม่มีใครอยากคบหาสมาคมด้วย ไม่มีใครอยากอยู่ใต้บังคับบัญชา และไม่มีใครอยากได้มาเป็นลูกน้อง คำพูดเช่นนี้ทำให้ขาดทุนทั้งบัญชีทางโลกและบัญชีทางธรรม

การกระทำที่ชอบ (สัมมากัมมันตะ) หมายถึง เว้นจากการฆ่าสัตว์ การลักทรัพย์ การประพฤติผิดในกาม

การฆ่าสัตว์นั้นรวมทั้งฆ่ามนุษย์ด้วย ผู้ที่ฆ่าสัตว์ด้วยเจตนา ย่อมได้รับวิบากกรรม เป็นบาปขาดทุนในบัญชีทางธรรม แม้ว่าการฆ่าสัตว์ขาย

เป็นอาชีพที่ไม่ผิดกฎหมาย ได้เงินมาจับจ่ายใช้สอย บางรายอาจจะร่ำรวยเพราะอาชีพฆ่าสัตว์ ขายเนื้อสัตว์ แต่เงินที่ได้มาใช้ไปไม่เท่าไรก็หมด หรือถึงร่ำรวยมีเงินเหลือ ตายไปแล้วก็เอาไปไม่ได้ ต่างไปจากบาปหรือวิบากกรรมที่จะต้องไปชดใช้ในชาติต่อไป บางรายต้องไปตกนรก บางรายเกิดเป็นสัตว์เดรัจฉาน ถูกเขาฆ่าตายเช่นเดียวกับที่เคยฆ่าเขา เงินที่ได้มาจากอาชีพดังกล่าวจึงไม่คุ้มกันเลย

บางรายที่ฆ่าสัตว์เป็นอาชีพ มีโรคภัยไข้เจ็บประจำตัว ต้องทุกข์ทรมานจากความเจ็บปวด เงินที่หามาได้ก็ใช้รักษาตัวจนหมด โรคดังกล่าวมีผลมาจากการฆ่าสัตว์ การเบียดเบียนสัตว์นั่นเอง

มีผู้ชอบตั้งคำถามแบบ...ว่า ถ้าห้ามฆ่าสัตว์แล้ว คนในโลกจะเอาเนื้อสัตว์ที่ไหนกิน หรือบางครั้งพระไปเทศน์เรื่องศีล ๕ ข้อแรกห้ามไม่ให้ฆ่าสัตว์ โยมก็ยังเอาไปนินทาว่า ถ้าอย่างนั้นพระก็อย่าฉันเนื้อสัตว์สิ ปากเทศน์ว่าอย่าฆ่าสัตว์ แล้วทำไมยังฉันเนื้อสัตว์ล่ะ

สำหรับเรื่องการฉันเนื้อสัตว์ของพระนั้น ในสมัยพุทธกาลพระเทวทัตไปทูลขอพระพุทธเจ้าให้บัญญัติห้ามพระฉันเนื้อสัตว์ แต่พระพุทธองค์ทรงเห็นว่า ถ้าห้ามเช่นนั้น จะสร้างความยุ่งยากแก่ฆราวาสที่เขาใส่บาตร เพราะปกติอาหารที่เขานำมาใส่บาตร เป็นอาหารที่เขาแบ่งจากที่เขาทำรับประทาน ซึ่งส่วนใหญ่เป็นอาหารที่มีเนื้อสัตว์ หากห้ามเช่นนั้นเขาก็จะต้องปรุงอาหารมังสวิรัติมาใส่บาตรโดยเฉพาะ เป็นการสร้างความยุ่งยากแก่เขา พระพุทธองค์จึงไม่ทรงบัญญัติห้าม แต่การฉันเนื้อสัตว์ของพระจะต้องไม่เป็นผู้สั่งให้เขาฆ่ามาปรุงเป็นอาหารถวายตน ไม่เห็นเขาฆ่าสัตว์นั้น และไม่ยินดีในการฆ่า ที่นำเรื่องนี้มากล่าวเพื่อผู้อ่านจะได้เข้าใจ

ผู้ตั้งคำถามข้างต้นอาจจะไม่ได้พินิจพิเคราะห์และไม่เข้าใจธรรมชาติของสัตว์โลก (รวมมนุษย์ด้วย) ว่าวิสัยสัตว์โลกนั้นเกิดมา

เบียดเบียนกัน คือ **แย่งที่ทำกิน แย่งถิ่นกันอยู่ แย่งคู่กันครอง แย่งของกันใช้**

ไม่มีทางเป็นไปได้เลยที่จะห้ามไม่ให้สัตว์เดรัจฉานฆ่ากันเอง เช่นเดียวกันก็เป็นไปได้ที่คนจะไม่ฆ่าสัตว์หรือไม่ฆ่าคนด้วยกัน

การกระทำหรือพฤติกรรมหลายอย่างที่ไม่ดี เป็นโทษเป็นภัยต่อผู้กระทำ แต่ก็ยังมีคนทุกชาติ ทุกศาสนาทำกันอยู่ทั้งๆ ที่รู้ว่าสิ่งนั้นไม่ดี

เช่น เล่นการพนัน เสพและค้ายาเสพติด คดโกง ตลอดจนคอรัปชั่น ประพฤติผิดประเวณีและค้าประเวณี เป็นต้น พฤติกรรมเหล่านี้มีมนุษย์ชาติไหนบ้างที่ไม่ประพฤติกัน ทั้งๆ ที่ผิดกฎหมาย ผิดศีลธรรม

ฉันใดก็ฉันนั้น การฆ่าสัตว์ ตลอดจนอาชีพฆ่าสัตว์ รวมถึงขายสัตว์ให้เขาเอาไปฆ่า

แม้ผิดศีล เป็นมิจฉาอาชีพ แต่ไม่ผิดกฎหมาย เว้นแต่ฆ่ามนุษย์ จึงไม่ต้องเป็นห่วงแม้แต่น้อยเลยว่า จะไม่มีผู้ประกอบอาชีพดังกล่าว

เขาเอาผลประโยชน์จากรายได้เฉพาะหน้า ส่วนบาปที่จะส่งผลเป็นวิบากกรรม ซึ่งเขาจะต้องชดใช้นั้นเขาไม่สนใจหรอก เพราะฉะนั้นอย่าห่วงเลยว่าคนจะไม่ประกอบมิจฉาอาชีพดังกล่าว ขอเพียงแต่ว่าอย่าให้เป็นตัวเรา คนในครอบครัวของเรา หรือบุคคลที่เรารักประกอบอาชีพนี้เลย เพราะผลได้ไม่คุ้มเสีย

เมื่อบุคคลเว้นจากการฆ่าสัตว์ (รวมมนุษย์ด้วย) ก็เกิดความเมตตาต่อสัตว์โลก ไม่เบียดเบียนกันสร้างสันติสุขขึ้นมาในชุมชน ในสังคม การมีเมตตาต่อกันเป็นบัญชีทางธรรมที่ทำให้มีกำไร

การลักทรัพย์ รวมถึงการทุจริต คดโกงในรูปแบบต่างๆ ที่ได้ทรัพย์มาโดยไม่ชอบธรรม แม้ว่าทรัพย์ที่ได้จะทำให้บัญชีทางโลกของตนมีทรัพย์สินเพิ่มขึ้น แต่ก็ขาดทุนบัญชีทางธรรม เพราะเป็นการประพฤติที่ผิดทั้งศีล

และธรรม ผู้ที่ประพฤติจะต้องได้รับผลกรรมทั้งในชาตินี้และชาติหน้า

บางกรณีที่ลักทรัพย์ผู้อื่น ถูกเขาจับได้ถูกลงโทษทรัพย์สินก็ถูกริบเป็นของแผ่นดิน หรือถูกฟ้องร้องต้องเสียเงินต่อสู้ทางกระบวนการยุติธรรมหมดเงินไปมากมายก็ยังไม่พ้นโทษ กรณีเช่นนี้ ขาดทุนทั้งบัญชีทางโลกและทางธรรม บางกรณีกฎหมายยังเอาโทษไม่ได้ ก็ถูกสังคมลงโทษเป็นที่ดูหมิ่นเหยียดหยามและไม่ไว้วางใจของคนในสังคม

การประพฤติผิดในกาม ได้แก่การล่วงละเมิดในคู่ครองของผู้อื่นที่เจ้าของเขาหวง ผู้ประพฤติผิดในกามผิดทั้งศีลและธรรม ขาดทุนในบัญชีทางธรรมอย่างแน่นอน ส่วนบัญชีทางโลกนั้นต้องมีค่าใช้จ่ายเพิ่มขึ้นจากการเลี้ยงดูหรือแอบลักลอบเป็นชู้ต่อกัน จึงเสียทั้งทางโลกและทางธรรม

ด้วยเหตุนี้การกระทำที่ไม่ชอบ ทำไปแล้วมีผลเสียมากกว่าผลได้ ส่วนการกระทำที่ชอบ(สัมมากัมมันตะ) ไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ลักทรัพย์ ไม่ประพฤติผิดในกาม ผู้รักษาศีลทั้งสามข้อนี้ได้ย่อมเจริญทั้งทางโลกและทางธรรม

อาชีพที่สุจริต (สัมมาอาชีวะ) ได้แก่การไม่ประกอบอาชีพที่ทุจริตหรือมิจฉาอาชีพ ซึ่งมีดังนี้ การขายสัตว์ให้เขาเอาไปฆ่า การขายมนุษย์ การขายอาวุธ การขายยาพิษ (สิ่งเสพติดให้โทษ) การประกอบมิจฉาอาชีพเหล่านี้ แม้จะได้เงินมา ทำให้มีกำไรในบัญชีทางโลก แต่ขาดทุนในบัญชีทางธรรม เพราะเป็นอาชีพที่เห็นแก่ตัว เป็นการเบียดเบียนทำร้ายทำลายผู้อื่น หรือเอาชีวิตของผู้อื่นมารองรับความเป็นอยู่ของตน

ผู้ที่ประกอบอาชีพดังกล่าวแล้วได้เงินมาเลี้ยงชีวิตเลี้ยงครอบครัว ย่อมยากที่จะเลิกอาชีพเหล่านี้ เพราะเป็นอาชีพที่คุ้นเคย หากเลิกอาชีพดังกล่าวแล้วไม่รู้ว่าจะหาอาชีพอะไรมาแทน บางรายก็อ้างว่าอาชีพอื่นไม่ถนัด ทำไปแล้วเกรงขาดทุน

จากการใกล้ชิดกับการอบรมปฏิบัติธรรมของผู้เขียนมาเป็นเวลานาน

ผู้เขียนได้ฟังเรื่องราวต่างๆ จากผู้ประกอบอาชีพเหล่านี้มามาก มีหญิงสูงอายุรายหนึ่งมีความทุกข์มากจากลูกของตน เธอมีลูกชาย ๓ คน ปรากฏว่าไปทำงานที่ไหนก็ทำไม่ได้นานเพราะติดเหล้า มีคนโตที่ดีหน่อยบวชแล้วเลิกเหล้าได้ คนเล็กบวชเหมือนกัน แต่ก็ยังแอบดื่มจนต้องสึก ครั้นสึกมายิ่งดื่มหัวราน้ำ เธอถามว่าเธอควรจะทำอย่างไร

ผู้เขียนถามเธอว่าเธอทำมาค้าขายอะไร

เธอตอบว่า***ขายเหล้า***

ผู้เขียนได้ชี้ให้เห็นโทษของการขายสุรา ซึ่งเป็นมิจฉาอาชีพ ส่งผลให้เธอและลูกต้องรับวิบากกรรมเช่นนี้ เพราะอาชีพของเธอทำให้คนอื่นหรือลูกของคนอื่นเมามายมามากต่อมาก ครอบครัวเขาย่อมเดือดร้อน จึงขอให้เธอเลิกอาชีพนี้เสีย

เธอตอบว่าถ้าเลิกขายเหล้าก็ไม่รู้จะขายอะไร

ความจริงมีอาชีพอื่นอีกมากมายในโลกนี้ คนอื่นเขายังทำมาค้าขายเจริญรุ่งเรืองได้ ผู้เขียนพยายามชี้ให้เธอเห็น แต่เธอก็ยังยืนยันว่า

ถ้าไม่ขายเหล้าแล้วไม่รู้จะขายอะไร

???

มีผู้ปฏิบัติธรรมรายหนึ่งเธอเข้าอบรมที่ยุวพุทธิกสมาคมแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์ เป็นสตรีวัยกลางคนเช่นกัน

เมื่อการอบรมสิ้นสุดลงเธอออกมาแสดงความรู้สึกว่า ครั้งแรกที่เธอมาอบรม ได้ฟังเรื่องการขายเหล้าเป็นมิจฉาอาชีพ เธอฟังแล้วไม่สบายใจ เพราะเธอมีอาชีพขายเหล้าโดยเฉพาะ ทั้งเหล้าในและเหล้าต่างประเทศ ได้เงินมาเลี้ยงชีวิตและครอบครัวพอมีฐานะ

เมื่อกลับจากการอบรม เธอพยายามคิดว่าถ้าเลิกขายเหล้าเธอจะขายอะไรดี เพราะเธอรู้สึกไม่สบายใจเมื่อรู้ว่าอาชีพของเธอเป็นมิจฉาอาชีพ

ถึงแม้จะถูกกฎหมายแต่ก็ผิดทางธรรม

เธอสังเกตเห็นผู้ปกครองบางคนมาซื้อเหล้าจูงลูกหลานมาด้วย เด็กบางคนถือของเล่นมา เด็กจะสนใจของเล่นในมือที่ถืออยู่ เด็กไม่สนใจเหล้า แต่ผู้ปกครองสนใจเหล้า ไม่สนใจของเล่น กลับกันไป

เธอได้สังเกตเห็นต่อไปว่า เด็กถือของเล่นอย่างมีความสุข แต่ผู้ปกครองมาซื้อเหล้า หน้าตาเคร่งเครียดมีความทุกข์

สิ่งที่เธอสังเกตเห็นเด็กและผู้ปกครอง จุดประกายความคิดของเธอขึ้นมาว่า **หรือเธอจะขายของเล่นเด็ก แทนที่จะขายเหล้า**

แต่เธอก็ไม่แน่ใจว่าลำพังขายของเล่นเด็กอย่างเดียวจะมีรายได้เท่ากับขายเหล้าหรือไม่

เธอจึงเริ่มทดลองหาของเล่นเด็กมาขาย วางไว้ส่วนหนึ่งของร้านพร้อมกับขายเหล้าควบกันไปด้วย เด็กที่ตามผู้ใหญ่มาซื้อเหล้าก็ร้องที่จะให้ซื้อของเล่น ผู้ใหญ่อยากดื่มเหล้าจึงตัดความรำคาญซื้อของเล่นให้เด็ก

ปรากฏว่ามีเด็กๆ มาซื้อของเล่นกันมากขึ้น เธอจึงหามาขายเพิ่มอีกและลดพื้นที่การขายเหล้าลง จนกระทั่งร้านของเธอขายแต่ของเล่นเด็ก ไม่มีเหล้าวางขายอีกต่อไป

เมื่อมาอบรมครั้งที่ ๒ เธอได้นำเรื่องนี้มาเล่าให้ผู้เข้ารับการอบรมฟัง ทุกวันนี้เธอมีความสุขกับอาชีพของเธอ เพราะรายได้จากการขายของเล่นเด็กมากกว่าการขายเหล้าเสียอีก

ผู้ฟังต่างก็อนุโมทนาในความเห็นถูกของเธอ

เรื่องอาชีพเป็นเรื่องสำคัญ เพราะอาชีพเป็นที่มาของรายได้ ที่บุคคลนำมาเลี้ยงชีวิตและครอบครัว ถ้าเริ่มต้นด้วยสัมมาอาชีพ คืออาชีพที่สุจริตแล้ว นับว่ามีกำไรในบัญชีทางโลก และหากนำเงินที่หามาได้ไปใช้ใน

ทางที่เป็นบุญกุศล เท่ากับว่าได้สร้างบัญชีทางธรรมให้มีกำไรขึ้นมาอีกด้วย นับว่าทำ ๑ ได้ ๒

เช่น นำเงินไปอุปการะผู้ที่ควรอุปการะได้แก่มารดา บิดา ผู้มีพระคุณ ทำบุญกับพระศาสนา ช่วยสร้างโรงเรียน โรงพยาบาล ช่วยบำรุงกิจการที่เป็นสาธารณกุศล สาธารณประโยชน์ เหล่านี้ เป็นต้น

บุญกุศลที่ทำดังกล่าว จะช่วยเกื้อกูลให้อาชีพของตนมีความเป็นปึกแผ่นมั่นคง และเจริญรุ่งเรืองยิ่งขึ้น มีกัลยาณมิตร มีบริวารที่ดี และหากได้ถือศีลได้ปฏิบัติธรรมด้วยแล้ว ก็จะช่วยเสริมบารมีของตนให้เพิ่มพูนยิ่งขึ้น มีความเจริญทั้งทางโลกและทางธรรม เป็นการใช้ชีวิตอย่างมีค่า ไม่เสียทีที่เกิดมาเป็นมนุษย์ ได้พบพระพุทธศาสนา ซึ่งโอกาสเช่นนี้หาได้ยากยิ่ง

สรุป

ถ้าเปรียบชีวิตคือการเล่นหุ้น (ซื้อขายหลักทรัพย์) ทุกคนต่างเล่นหุ้นในสองกระดาน ได้แก่ **กระดาน เอ.** เป็นกระดานที่เปรียบได้กับบัญชีทางโลก และ**กระดาน บี.** เป็นกระดานที่เปรียบได้กับบัญชีทางธรรม

ตลาดหุ้นไม่มีวันหยุด ทุกคนเล่นกันอยู่ทุกวัน ตั้งแต่ลืมตาตื่นจนหลับตานอน

คนส่วนใหญ่จะตั้งหน้าตั้งตาเล่นหุ้นใน**กระดาน เอ.** อย่างเอาจริงเอาจัง (เอาเป็นเอาตาย) เฝ้าจ้องมองดูการซื้อขายบนกระดานหุ้นและทุกคนก็ซื้อ (รายจ่าย) และขาย (รายรับ) กันอยู่ทุกวัน

เมื่อมีกำไรแต่ละคนก็จะเป็นปลื้ม เมื่อขาดทุนก็จะจ๋อย แต่ละวันๆ ต่างก็ดูการขึ้นลงและซื้อขายหุ้นบนกระดานด้วยใจระทึก

บางคนเล่นไปไม่นานก็ต้องเลิกเล่น เพราะตายเสียก่อน บางคนก็เล่นไปได้นานพอประมาณ และบางคนก็เล่นไปยาวนาน (อายุยืน) แต่ที่สุด

ทุกคนก็ต้องเลิกเล่นเพราะความตาย

เมื่อเลิกเล่นไม่ว่าเงิน (รวมทั้งทรัพย์สิน) ที่ได้จากการเล่นจะมีกำไรมากหรือน้อยเพียงใดก็ตาม ตลาดหุ้น (โลก) ก็ไม่ยอมให้ผู้เล่นเอาอะไรไปจากบัญชีนั้นแม้แต่น้อย และถึงจะขาดทุน (ทางตัวเลข) ตลาดหุ้นก็ไม่ตามไปทวงคืน

บัญชีในกระดาน เอ. ปิดเป็นศูนย์ เมื่อเจ้าของบัญชีตาย กระดานนี้จึงเป็น**กระดานหุ้นมายา** แต่ทุกคนกลับทุ่มเทชีวิตจิตใจ ศักยภาพและเวลาเล่นกันอย่างเอาจริงเอาจัง เอาเป็นเอาตาย

สำหรับ**กระดาน บี.** เป็นบัญชีทางธรรม ซึ่งเป็นบัญชีที่มีผลในระยะยาวของชีวิต แต่คนส่วนใหญ่กลับไม่ใส่ใจดูแลกระดานนี้ เล่นไปอย่างทิ้งๆ ขว้างๆ ขาดความระมัดระวังในการซื้อขาย ไม่ตรวจสอบดูว่าแต่ละช่วงที่สั่งซื้อขาย จะมีกำไร (บุญ) ขาดทุน (บาป) สักเท่าใด บางรายแม้รู้ว่าขายไปจะขาดทุน ก็ยังขายขาดทุน (บาป) จนผลการขาดทุน (บาป-อกุศล) สะสมทับทวีขึ้น ก็ยังไม่รู้ตัว เพราะไม่ใส่ใจ

บางรายที่มีสติปัญญา ก็จะระมัดระวังในการเล่น แต่ละช่วงการซื้อขายจะวิเคราะห์พิจารณา หากกำไรก็จะรีบขาย หากขาดทุนก็จะไม่ขาย หรือหากจะขายไปบ้างเพราะพลั้งเผลอก็ไม่มากนักจึงสะสมกำไรเพิ่มพูนขึ้นเรื่อยๆ

เมื่อเลิกเล่น เจ้าของบัญชีตายไป ผลกำไร (บุญ) ขาดทุน (บาป) ในบัญชีกระดานนี้ไม่ได้เป็นศูนย์เหมือนกระดานเอ. หากแต่จะติดตามผู้เล่นไปในชีวิตนี้และชีวิตหน้า

ถ้ามีกำไร (บุญ) เจ้าของบัญชีก็จะนำไปใช้อุปการะตนได้ทั้งในชีวิตนี้และชีวิตหน้า แต่ถ้าขาดทุนก็ต้องชดใช้หนี้ทั้งในชาตินี้และชาติหน้าเช่นกัน

เมื่อเป็นเช่นนี้ผู้ที่เอาแต่หมกมุ่นในการเล่นเพื่อทำกำไรในกระดานเอ. โดยปล่อยให้กระดาน บี. ขาดทุนสะสมเป็นจำนวนมาก จึงเป็นผู้ที่ขาดวิสัย

ทัศน์ไม่มีข้อมูลที่เป็นจริง เล่นอย่างมืดบอด **เหมือนแมงเม่าบินเข้ากองไฟ** เห็นแก่ได้เฉพาะหน้า ไม่คำนึงถึงผลเสียในระยะยาว

บุคคลประเภทนี้เป็นเพียง**นักลงทุนสมัครเล่น**

ตรงข้ามกับผู้สนใจทำกำไรทั้งกระดาน เอ. และกระดาน บี. เป็นผู้มีวิสัยทัศน์กว้างไกล มีข้อมูลในการเล่น เล่นด้วยความระมัดระวัง แบ่งการลงทุนในแต่ละกระดานได้อย่างเหมาะสม จึงสามารถทำกำไรมากกว่าขาดทุนในทั้ง ๒ กระดาน

เขาเล่นอย่าง**มืออาชีพ** บุคคลเช่นนี้เกิดมาเพื่อสร้างบารมีให้กับตน มิใช่เกิดมาเพื่อทำร้ายทำลายตน

ลองสำรวจดูว่าท่านเป็นนักลงทุนประเภทใด

มือสมัครเล่นหรือมืออาชีพ.

นักแต่งนิยายน้ำเน่า

เมื่อพูดถึงนิยายน้ำเน่าหรือหนังละครน้ำเน่าเรามักจะเข้าใจว่า เป็นเรื่องที่วนเวียนซ้ำซากอยู่กับเค้าโครงเรื่องเก่าๆ ซึ่งส่วนใหญ่เป็นการอิจฉาริษยาของตัวละคร อาจจะระหว่างนางตัวโกงชอบอิจฉาริษยากลั่นแกล้งนางเอก หรือแม่ผัวเกลียดชังข่มเหงลูกสะใภ้ หรือเศรษฐีดูหมิ่นเหยียดหยามพระเอกซึ่งเป็นคนจน ฯลฯ ผลสุดท้ายฝ่ายนางเอก พระเอกซึ่งมีความอดทน เอาความดีเข้าสู้ก็เป็นฝ่ายมีชัยชนะเรื่องจบอย่างมีความสุขสมหวัง (happy ending) เรื่องนี้เน้นหนักทางด้านบันเทิงอารมณ์ แต่ไม่ค่อยประเทืองปัญญาเท่าใดนัก นิยายประเภทดังกล่าวมีเค้าโครงเรื่องที่วนเวียนอยู่อย่างนี้ แต่คนดูก็ชอบดู คนแต่งก็ชอบแต่ง คนสร้างก็ชอบสร้าง

ดังนั้นการพูดถึงนิยาย หนัง ละคร น้ำเน่า จึงเป็นการพูดในเชิงดูแคลนเรื่องนั้นๆ

แต่ผู้พูดหรือบุคคลทั้งหลาย หารู้ไม่ว่า**ตนนั่นแหละเป็นนักแต่งนิยายน้ำเน่า**อยู่ทุกเมื่อเชื่อวัน

แต่ละคนมีความคิดมากมายในชีวิตประจำวัน โดยคิดถึงเรื่องต่างๆ สารพัดเรื่อง ทั้งเรื่องที่เป็นอดีต ปัจจุบัน และอนาคต

ความคิดของแต่ละคนก็คือการแต่งเรื่องขึ้นมาให้กับตัวเองนั่นเอง เป็นนิยายที่ทุกคนขยันแต่ง (เพราะชอบคิด) เรื่องที่แต่งก็มักจะวนเวียนอยู่กับเค้าโครงหรือพลอท (plot) เรื่องเดิม ดุจดังนิยาย หนัง ละครน้ำเน่า

แต่ละคนจึงเป็นนักแต่งนิยายน้ำเน่า โดยเรื่องที่แต่งไม่ค่อยจะตรงกับความเป็นจริงเท่าใดนัก แต่ก็ยังไม่พัฒนาปรับปรุงการประพันธ์ของตนให้ตรงกับความเป็นจริง คงยินดีแต่งนิยายเพ้อฝัน เป็นเรื่องประโลมโลกปลอบใจตนเองอยู่ทุกเมื่อเชื่อวัน

เหตุใดผู้เขียนจึงกล่าวเช่นนี้ กล่าวอย่างเจตนาดูหมิ่นผู้อ่านหรืออย่างไร หาไม่หรอก เพราะเมื่อก่อนผู้เขียนก็เป็นนักแต่งนิยายน้ำเน่าเช่นกัน ถึงปัจจุบันนี้ก็เถอะ เผลอๆ ก็แต่งเหมือนกัน เพียงแต่ว่าพยายามแต่งเรื่องจริงของชีวิตให้มากขึ้น

ที่ว่าแต่ละคนแต่งนิยายน้ำเน่า ซ้ำๆ ซากๆ ในชีวิตประจำวันหมายความว่าอย่างไร

ผู้เขียนหมายความว่า คนส่วนใหญ่มีเค้าโครงเรื่องของความคิดในชีวิตอยู่ ๔ เค้าโครงด้วยกันคือ

๑. ชอบสิ่งใดก็คิดลำเอียงต่อสิ่งนั้น (ฉันทาคติ)

โดยคิดถึงสิ่งนั้นในทางที่ดี(เกินความเป็นจริง) ไม่มองด้านเสียที่มีอยู่

เช่นอยากจะซื้ออุปกรณ์ของใช้อันใหม่สักอัน เอาเป็นว่าอยากซื้อโทรศัพท์มือถือรุ่นใหม่ที่มีกล้องถ่ายภาพอยู่ในตัว มีจอสี อัดเสียงได้ ฟังเพลงได้ หรือรุ่นที่ทันสมัยกำลังเป็นที่นิยมของวัยรุ่น และพวกรสนิยมของใหม่ทั้งหลาย

เมื่อความคิดดังกล่าวเกิดขึ้น (จาก**กามตัณหา**-อยากได้ของที่รูปสวยทันสมัย) ก็พยายามหาเหตุผล (มาสนับสนุนกามตัณหา) ว่า ดีอย่างนั้นดีอย่างนี้ เช่น ถ่ายรูปได้ด้วยดี มีประโยชน์ เผื่อประสบเหตุการณ์ที่สำคัญควรจะบันทึกภาพไว้จะได้บันทึกได้ทันการณ์ หรือดีอัดเสียงได้จะได้อัดเรื่องสำคัญที่เป็นประโยชน์ หรือดีเป็นประโยชน์...อย่างนั้นอย่างนี้

เหล่านี้ล้วนเป็นการมองข้อมูลในด้านดีด้านเดียว บางครั้งดีหรือเวอร์ (over) จนเกินไป โดยไม่พยายามมองในด้านเสีย หรือถึงแม้จะเห็นแต่ก็ไม่อยากคิด ทำแกล้งมองผ่านด้านเสียไป

แท้จริงแล้วข้อเสียที่จะนำมาหักล้างข้อดีที่อ้างมานั้นมีอยู่มากมาย เช่น ราคาแพงเกินไป เพราะเป็นรุ่นใหม่ ราคาสูงเกินมูลค่าความเป็นจริง รออีกปี ราคาจะลดลงอย่างน้อย ๓๐% ประสิทธิภาพที่อ้างว่าดีอย่างนั้นเป็นประโยชน์อย่างนี้ ซื้อมาแล้วก็ไม่ได้ใช้ให้คุ้มค่า ดูของเก่าๆ ที่ผ่านมาเป็นประจักษ์พยานก็ได้ ของที่ซื้อมาหลายอย่างที่มีประสิทธิภาพทำงานได้มากมาย แต่เอาเข้าจริงๆ ก็ไม่ได้ใช้งานในประสิทธิภาพเหล่านั้น คงใช้งานพื้นๆ เป็นส่วนใหญ่ อีกไม่นานของนั้นก็ล้าสมัยไป

นอกจากนี้ของเก่าที่มีอยู่ก็ยังใช้งานได้ดี ที่อ้างว่าของใหม่ที่อยากซื้ออย่างนั้นอย่างนี้ อ้างขึ้นมาเพื่อสนองความอยาก (ตัณหา) ของตนนั่นเอง

ข้อมูลที่จะนำมาหักล้างการตัดสินใจอยากซื้อของใหม่ดังกล่าว เจ้าตัวก็รู้แต่เวลาอยากได้มากๆ กลับไม่นำมาคิด หรือไม่อยากจะคิด เพราะถ้าคิดแล้วกลัวว่าจะเปลี่ยนใจไม่ซื้อ จะทำให้ตัณหาผิดหวัง

กรณีที่เป็นบุคคล หากรักชอบผู้ใด ก็มองเขาแต่แง่ดี ทั้งๆ ที่ข้อเสีย

ของเขามีอยู่มากมาย เช่น ถ้าบุคคลที่เรารักไปมีเรื่องกับใคร เราก็จะเข้าข้างไว้ก่อน หาว่าคู่กรณีเป็นฝ่ายผิด ถึงแม้มีประจักษ์พยานว่าฝ่ายเราเป็นฝ่ายผิด ก็ยังเข้าข้างว่าฝ่ายตรงข้าม **ผิดมากกว่า** โดยไม่วางใจเป็นกลาง หรือมีความเที่ยงธรรม

สำหรับผู้ที่ดำเนินธุรกิจส่วนตัว ในช่วงที่ธุรกิจขาขึ้น อะไรๆ ก็ดีไปหมด มีรายได้ดี กำไรดี จึงคิดขยายการลงทุน หวังจะได้กำไรมากๆ ครั้นลงทุนเพิ่มไปแล้ว กลับไม่เป็นอย่างที่คิด บางรายถึงกับขาดทุน เพราะค่าใช้จ่ายเพิ่มขึ้น มีภาระดอกเบี้ย ยอดขายไม่เป็นไปตามเป้าหมาย ทั้งนี้เกิดจากข้อผิดพลาดที่เขามองด้านดีเกินไป เข้าข้างตัวเองมากเกินไป ทำให้ประมาท ไม่รอบคอบใคร่ครวญ

ความลำเอียงอันเกิดจากความรัก ความชอบหรือ**ฉันทาคติ**ดังกล่าวนำความเสียหายมาให้ผู้คิดอยู่เสมอ จึงควรคิดอะไรตามความเป็นจริง

๒. ไม่ชอบสิ่งใดก็คิดลำเอียงต่อสิ่งนั้น (โทสาคติ)

โดยเห็นแต่สิ่งไม่ดีหรือข้อบกพร่องของสิ่งนั้นๆ ทั้งๆ ที่ความดีหรือคุณค่าของสิ่งนั้นก็มีอยู่แต่ไม่นำมาคิด ไม่ว่าจะเป็นสิ่งมีชีวิตจิตใจ หรือวัตถุสิ่งของ

ตัวอย่างเช่น สามีภรรยาปลูกบ้าน พอบ้านจวนจะเสร็จค่าใช้จ่ายบานปลายเกินงบที่ตั้งไว้มาก สามีจึงเริ่มประหยัด เพราะโดยนิสัยสามีเป็นคนประหยัดอยู่แล้ว แต่ภรรยาเป็นคนชอบสวยชอบงามมีรสนิยมวิไล แรกๆ สามีก็ตามใจ แต่เห็นว่าค่าก่อสร้างเกินที่ประมาณไว้ไปมาก จึงหาทางลดค่าใช้จ่าย

เมื่อถึงรายการทำห้องน้ำ สามีสั่งกระเบื้องปูผนัง และสุขภัณฑ์สีขาวมา เพราะสีขาวถูกกว่าสีอื่นๆ โดยไม่ได้ปรึกษาภรรยาก่อน ฝ่ายภรรยา

ชอบสีสันสวยงามมีลวดลายบ่งบอกรสนิยม ครั้นภรรยาเห็นของที่สามีสั่งมาถึงกับโกรธ ระงับอารมณ์ไม่อยู่ เป็นปากเป็นเสียงกัน ภรรยาไม่ชอบสีขาวเลย เห็นทีไรก็หงุดหงิดขัดเคืองแทบไม่อยากเข้าห้องน้ำ

ห้องน้ำกลายเป็นห้องทุกข์ขา แทนที่จะเป็นห้องสุขา สำหรับเธออยู่หลายวัน

ความจริงแล้วจะเป็นกระเบื้องหรือสุขภัณฑ์ไม่ว่าจะสีอะไรประโยชน์ใช้สอยก็เหมือนกัน สีขาวมีราคาถูกกว่าสีอื่นๆ แต่ความงามอาจจะด้อยกว่าสีอื่น (ในทัศนะของบางคน) เมื่อภรรยาไม่ได้สีที่ตนชอบ จึงมีอคติไม่ชอบสีขาวยิ่งขึ้น ทำให้ขัดเคืองใจ **เป็นวิภวตัณหา** คือไม่ยินดีพอใจในสิ่งที่ได้ที่มี

สีไม่เคยทำร้ายใคร มีแต่คนไม่ชอบสีคิดทำร้ายตนเอง

เรื่องทำนองนี้เกิดขึ้นบ่อยๆ ในแต่ละบุคคล บางคนชอบของยี่ห้อนั้นไม่ชอบยี่ห้อนี้ บางคนชอบของรูปทรงนั้น ไม่ชอบรูปทรงนี้ บ้างก็ชอบเสียงแบบนั้น ไม่ชอบเสียงแบบนี้ บ้างชอบกลิ่นแบบนั้น ไม่ชอบกลิ่นแบบนี้ บ้างชอบรสนั้นไม่ชอบรสนี้บ้างก็ชอบสัมผัสกับสิ่งนั้นไม่ชอบสัมผัสกับสิ่งนี้เป็นต้น รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ล้วนเป็นธาตุ ๔ บุคคลมายึดติด (อุปาทาน) สิ่งที่ตนชอบในเรื่องดังกล่าว เท่ากับมาหลงธาตุ ๔ ของโลกนั่นเอง

หากบุคคลไม่ยึดติดในสิ่งใดสิ่งหนึ่ง (มากเกินไป) ย่อมใจกว้างที่จะเปิดรับสิ่งทั้งหลายได้ จะช่วยให้ปรับตัวเข้ากับสิ่งต่างๆ ได้ง่าย เป็นผู้ที่มีเหตุมีผลในการวิเคราะห์สิ่งทั้งหลาย ให้เห็นคุณค่าสาระประโยชน์ของสิ่งนั้นๆ มากกว่าจะเห็นเพียงความฉาบฉวยในรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ตามที่ตนเคยพอใจ

ในกรณีที่มีอคติต่อตัวบุคคลที่ตนไม่ชอบ มีผลเสียหายต่อความสัมพันธ์ของคู่กรณี บางคนไม่ชอบหน้าอีกคน เพราะเคยมีเรื่องผิดใจกันมาถึงกับไม่พูดกัน ไม่มองหน้ากัน ไม่ให้ความร่วมมือกัน

บางกรณีเรื่องนั้นเกิดขึ้นตั้งแต่เป็นเด็ก ตามประสาเด็ก แต่ยังยึดมั่นเอาไว้ แม้โตเป็นผู้ใหญ่ก็ยังไม่พูดกัน

พฤติกรรมเช่นนี้นำความทุกข์มาให้ทั้ง ๒ ฝ่าย ส่งผลเสียต่องานการหากทั้งคู่ทำงานอยู่ในองค์กรเดียวกัน

ความไม่ชอบกันชิงชังกันของบางคู่ ยังขยายผลไปถึงความไม่ชอบกันระหว่างเครือญาติ พวกพ้อง ตลอดจนบริวารของทั้ง ๒ ฝ่าย ทั้งๆ ที่บุคคลอื่นๆ ที่เข้ามาร่วมอารมณ์ความรู้สึกนี้ ไม่ได้มีส่วนเกี่ยวข้องกับเหตุการณ์เบื้องต้น ที่คู่กรณีทำไว้เลย

ราวกับนิยายเรื่อง**โรเมโอและจูเลียต**ของเชคสเปียร์

การเป็นปฏิปักษ์ต่อกัน ไม่ถูกกันมีแต่ผลเสีย เพราะทำให้หวาดระแวงกัน คอยจับผิดกัน เห็นแต่ความไม่ดีของอีกฝ่ายหนึ่งและพยายามจะเอาจุดอ่อนของฝ่ายนั้นมาขยายผล เช่น นำไปนินทาว่าร้าย บอกเล่าให้คนอื่นได้ฟังอย่างสะใจ ซึ่งมักจะแต่งเติมเกินความเป็นจริงเข้าไปด้วย

แม้หากฝ่ายตรงข้ามทำดี มีความสำเร็จ ก็อิจฉาริษยาหาจุดอ่อนเข้ามากลบข้อดีของเขา จิตที่คิดเช่นนี้มีแต่ความรุ่มร้อนเป็นทุกข์ ขาดคุณธรรม เสียเครดิตในความเชื่อถือ ถ้าเป็นผู้ใหญ่ก็ใหญ่แต่ชื่อ ใหญ่แต่ตำแหน่งหน้าที่ แต่เป็นคนที่ใช้ไม่ได้

เราจะไม่ได้ประโยชน์อะไรเลยจากศัตรูคู่แค้น นอกจากความหวาดระแวง ความขัดแย้ง การใส่ร้ายป้ายสีกัน มุ่งหาทางทำลายกัน ซึ่งต่างฝ่ายต่างแบกเอาความทุกข์ไว้

แต่เราจะได้ประโยชน์จากมิตรมากมาย เพราะมิตรเป็นผู้ที่ช่วยเหลือเกื้อกูลกันได้ พึ่งพาอาศัยกันได้ ปรับทุกข์ปรับร้อนเป็นที่ปรึกษากันได้

ถึงจะมีมิตรนับร้อย ก็ยังน้อยกว่ามีศัตรู ๑ คน (ภาษิตจีนว่าท่านองนี้)

ด้วยเหตุนี้ผู้ฉลาดมีปัญญาย่อมไม่สร้างศัตรูแต่จะแสวงหามิตร

สำหรับคนที่เคยเป็นปฏิปักษ์กันมาก่อน ต้องพยายามผูกมิตรกับเขาให้ได้

ครั้งหนึ่งมีญาติโยมได้พากันมาทำบุญกับผู้เขียน และขอฟังธรรม ผู้เขียนได้แสดงธรรมให้ข้อคิดแก่ญาติโยมไปตามสมควร อยู่มาวันหนึ่ง โยมท่านหนึ่งมาบอกผู้เขียนด้วยความกระตือรือร้นว่า ธรรมะที่ได้รับฟังในวันนั้นเขาได้นำไปปฏิบัติเป็นผลแล้ว

โยมบอกว่า เรื่อง**อภัยทาน**ที่ผู้เขียนให้ไว้เป็นเรื่องติดอยู่ในใจของโยม เพราะโยมมีคู่กรณีที่ไม่ชอบกันถึงกับไม่ยอมมองหน้ากันมาหลายปี เมื่อวานนี้มีการประชุมชาวบ้าน โยมได้พบหน้าคู่กรณีอีก โยมตัดสินใจให้อภัยในเรื่องที่ผ่านมาแล้ว พูดจาทักทายเขา ปรากฏว่าเขาตอบรับโยมด้วยดี มีท่าทีที่เป็นมิตร แถมยังได้ร่วมมือกันทำกิจการงานของหมู่บ้านอีกด้วย ความบาดหมางที่ผ่านมาได้ถูกขจัดออกไปสิ้น ทำให้โยมรู้สึกสบายใจ

การดึงศัตรูมาเป็นมิตร ไม่ใช่เรื่องยากเลย ถ้าเรารู้จักให้**อภัย** ลดทิฐิมานะ (ความคิดเห็นที่ถือตัว หยิ่งในศักดิ์ศรีของตน) รู้จักยอมแพ้ (ความจริงชนะใจตนเอง) ด้วยการเริ่มเปิดสัมพันธ์ในทางที่ดีกับเขาก่อน อย่างน้อยก็เป็นรอยยิ้ม (แทนหน้าบึ้งไม่สบตา) พูดจาทักทายด้วยดี หากครั้งแรกที่ทอดสะพานมิตรภาพให้ไม่เป็นผล ก็อย่าด่วนท้อถอย ทำต่อไปอย่างน้อยสัก ๔-๕ ครั้ง ถ้าคู่ปรปักษ์ไม่ใจอ่อนตอบสนอง ก็ปล่อยเขาไป ทางใครทางมัน

มีโคลงโลกนิติบทหนึ่งกล่าวว่า

ให้ท่านท่านจักให้ ตอบสนอง
นบท่านท่านจักปอง นอบไหว้
รักท่านท่านควรครอง ความรัก เรานา
สามสิ่งนี้เว้นไว้ แต่ผู้ทรชน

เมื่อเราส่งยิ้มให้กับใคร เราก็มักจะได้รอยยิ้มตอบกลับมา เมื่อเราไหว้ใคร เขาก็จะไหว้ตอบกลับมา (ยกเว้นพระ เพราะธรรมเนียมของพระจะไม่ไหว้โยม) เมื่อเรามอบความรักให้กับใคร เราก็จะได้รับความรักจากเขาตอบกลับมา

ยกเว้นให้กับทรชน คนพาลสันดานหยาบ ถึงจะให้สามสิ่งนี้สักเท่าใดก็ไม่ได้รับการตอบสนองในไมตรีกลับคืนมา หากเป็นเช่นนั้น ก็ปล่อยเขาไปไม่ต้องไปสนใจใยดีต่อกัน

บางคนสร้างกำแพงขวางกั้นให้กับตนเอง โดยคิดว่าการแสดงมิตรไมตรี (ยิ้ม พูด ทักทาย ให้สิ่งของ) กับคู่ปรปักษ์ก่อน เป็นการเสียศักดิ์ศรี ต่างก็วางท่าปั้นปึ่งต่อกัน แบกทุกข์กันไว้ทั้งสองฝ่าย บางรายแบกทุกข์ไว้จนวันตาย **หากไม่อภัยต่อกัน ชาติต่อไปพบกันก็ไม่ชอบหน้ากันอีก เป็นศัตรูกันอีก**

แท้จริงแล้วการเริ่มสร้างสัมพันธ์กับคู่แค้นก่อน ไม่ได้เป็นการเสียศักดิ์ศรี แต่เป็นการเพิ่มศักดิ์ศรีให้กับตนเอง เพราะศักดิ์ศรีคือคุณงามความดีที่มีอยู่ในตัวบุคคล ทำให้บุคคลนั้นๆ เป็นที่ยอมรับนับถือของคนโดยทั่วไป

การเริ่มสัมพันธ์กับคู่แค้นเป็นการลดทิฐิมานะและอัตตาตัวตน เป็นคุณธรรมของจิต ที่รู้จักให้**อภัย** รู้จัก**อ่อนน้อม** รู้จักให้**เกียรติ**ผู้อื่น แม้ผู้นั้นจะเคยทำร้ายตน ผู้ที่มีธรรมะหรือมีคุณธรรมจึงจะทำเช่นนี้ได้

วิธีการเริ่มสัมพันธ์กับคู่แค้นก็ทำได้ง่ายไม่ยากเย็นอะไรเลย เพียงยิ้มให้ ซึ่งทุกคนก็ยิ้มเป็นกันอยู่แล้ว พูดจาทักทาย ทุกคนก็พูดเป็นกันอยู่แล้วเช่นกัน ไม่เห็นจะยากเย็นอะไร การแสดงออกเป็นคุณธรรมของผู้แสดง ส่วนผู้รับจะตอบรับหรือไม่อย่างไร เป็นคุณธรรมของเขา ตัวเขาไม่ตอบรับแสดงว่าจิตใจกระด้างขาดคุณธรรม เป็นจิตใจของคนพาลหรือทรชน ดังโคลงโลกนิติว่าไว้

แต่คนที่ทำไม่ได้ เพราะใจไม่ยอมลดทิฐิมานะ เนื่องจากมีอัตตาอยู่เต็มตัว ใจเช่นนี้ก็สมควรแบกความทุกข์ต่อไป

๓. ไม่รู้สิ่งใดก็คิดลำเอียงต่อสิ่งนั้น (โมหาคติ)

โดยคิดปรุงแต่งเรื่องนั้นๆ เกินเลยความจริง เป็นต้นว่าเมื่อองค์กรจะมีการปรับปรุงระบบการบริหาร อาจจะมีการจัดโครงสร้างขององค์กรใหม่ หรือนำเทคโนโลยี เช่น คอมพิวเตอร์มาใช้ หรือโครงการ ๓๐ บาท รักษาทุกโรค นโยบายให้เกษียณตัวเองก่อนครบเกษียณอายุราชการ (early retire) เหล่านี้เป็นต้น

ทันทีที่มีข่าวออกมา คนในองค์กร ก็แตกตื่นวิพากษ์วิจารณ์กันใหญ่ แทบจะไม่มีจิตใจทำงานกัน เอาแต่จับกลุ่มสุมหัววิพากษ์วิจารณ์กัน คิดไปอย่างโน้น กลัวกันไปอย่างนี้ ต่างๆ นานา ส่วนใหญ่แล้วกลัวตัวเองจะได้รับความกระทบกระเทือนเสียผลประโยชน์ ขาดความมั่นคง จึงเกิดอคติต่อต้านต่อการเปลี่ยนแปลงหรือนโยบายเหล่านั้น

ในช่วงที่หวั่นวิตกเสียขวัญกำลังใจดังกล่าว ประสิทธิภาพการทำงานของแต่ละคนลดลง หากคิดรวมเป็นผลเสียขององค์กรแล้ว สร้างความเสียหายมากมาย โดยเฉพาะองค์กรที่มีขนาดใหญ่

ครั้นเมื่อได้ทราบข้อมูลโดยละเอียดตามความเป็นจริงแล้วเรื่องกลับไม่เป็นอย่างที่หลายๆ คนคิดและวิตกกังวลกัน กลับเป็นเรื่องที่นำผลดีมาสู่องค์กร ตลอดจนผู้บริโภคโดยส่วนรวม

ความไม่รู้ไม่ว่าจะเป็นเรื่องใดก็ตาม เป็นอุปสรรคสำคัญต่อความสำเร็จ เช่น ไม่รู้วิธีใช้เทคโนโลยีถึงจะมีอยู่ก็ใช้ประโยชน์ไม่ได้ หรือใช้ได้ก็เพียงพื้นฐาน ทั้งๆ ที่เทคโนโลยีนั้นมีขีดความสามารถทำงานให้เกิดประโยชน์ได้มากมาย เป็นต้น

การไม่รู้นิสัยใจคอของคน ตลอดจนภูมิหลังและศักยภาพของบุคคลที่เราสัมพันธ์ด้วย อาจจะนำไปสู่ความลำเอียงหรือมีอคติในทางที่ไม่ดีต่อเขา เป็นต้นว่า

หัวหน้าคนเก่าเป็นที่รักนับถือของลูกน้อง เพราะท่านเป็นคนใจดี ให้ความเป็นกันเอง สนิทสนมกับลูกน้อง มีอันจะต้องย้ายไปตามวาระ หัวหน้าคนใหม่กำลังจะมาแทนที่

มีนักสืบ (เสาะ) หาข้อมูลข่าวสารในองค์กร มาบอกข่าวเกี่ยวกับหัวหน้าคนใหม่ที่กำลังจะมาว่า เป็นคนดุ เอาจริงเอาจัง เคร่งครัดในเรื่องระเบียบวินัย ลูกน้องกลัวกัน ไม่ค่อยชอบหน้า

เท่านั้นเองคนในองค์กรต่างก็อกสั่นขวัญแขวน ยิ่งอาลัยอาวรณ์หัวหน้าคนเก่าไม่อยากให้ย้ายไปเลย และไม่อยากได้หัวหน้าคนใหม่ มีอคติต่อต้านหัวหน้าคนใหม่ตั้งแต่ยังไม่มา บางคนถึงขนาดเครียดมาก กินไม่ได้นอนไม่หลับ คิดหางานใหม่ (เป็นเอามากถึงขนาดนั้น)

ครั้นการเปลี่ยนแปลงมาถึง หัวหน้าคนใหม่มารับงานไม่ถึง ๖ เดือน เกิดการเปลี่ยนแปลงในองค์กรชนิดหน้ามือเป็นหลังมือ มีความก้าวหน้าและมีประสิทธิภาพอย่างเห็นได้ชัด

จริงอยู่หัวหน้าคนใหม่เป็นคนเอาจริงเอาจัง (เอาการเอางาน) เคร่งครัดในเรื่องระเบียบวินัย โดยเฉพาะการกระทำที่ผิดระเบียบแบบแผน ล่าช้า เป็นช่องทางให้เกิดการทุจริต หัวหน้าคนใหม่จะคอยสอดส่องแก้ไขปรับปรุงระบบการทำงานให้ชัดเจน เป็นคนเสียสละทุ่มเทให้กับงาน ให้ความเป็นธรรมกับผู้ใต้บังคับบัญชา เอาใจใส่ในผลงานและพัฒนาผู้ใต้บังคับบัญชา เป็นผลให้งานของแต่ละแผนกพัฒนาและรวดเร็วขึ้น

ในระยะแรกผู้ใต้บังคับบัญชารู้สึกอึดอัด เพราะยังไม่คุ้นเคยกับวิธีการทำงาน แอบสุมหัวนินทา สร้างกระแสต่อต้านหัวหน้าคนใหม่ หวังจะ

สร้างแรงกดดันให้หัวหน้าคนใหม่ออก แต่ด้วยความเป็นคนจริง มากด้วยประสบการณ์ จึงไม่สามารถขัดขวางการดำเนินงานของหัวหน้าคนใหม่ได้

เมื่องานพัฒนาไปในหลายๆ ด้าน องค์กรก็มีผลตอบแทนสูง สมาชิกขององค์กรก็ได้ผลตอบแทนเพิ่มขึ้น ระบบการเล่นพรรคเล่นพวกประจบสอพลอ ซึ่งเคยมีมาแต่เดิมก็หมดไป เปิดโอกาสให้คนใหม่ๆ ซึ่งมีศักยภาพแต่ถูกทอดทิ้งให้ได้แสดงความสามารถ ทุกคนต่างตั้งหน้าตั้งตาทำงานและมีขวัญกำลังใจยิ่งกว่าเดิม

*เหตุการณ์ทำนองนี้เกิดขึ้นกับหลายๆ องค์กร แต่กว่าหัวหน้าคนใหม่จะฟันฝ่ามาได้ก็แทบย่ำแย่ ดีแต่ว่า**เป็นของจริง***

ความไม่รู้ที่ยกตัวอย่างมาสองเรื่องดังกล่าวเป็นความไม่รู้ในเรื่องทางโลก ซึ่งนับเป็นเรื่องที่มีความสำคัญอยู่ไม่น้อย แต่ที่สำคัญยิ่งไปกว่านั้นคือ **ความไม่รู้เรื่องทางธรรม** ทำให้คนที่ไม่รู้ ไม่สามารถนำธรรมะมาใช้ให้เป็นประโยชน์ต่อชีวิตได้

ความเป็นจริงในโลกนี้มีอยู่ ๒ ด้าน คือ**ความเป็นจริงทางโลก**และ**ความเป็นจริงทางธรรม**

ความเป็นจริงทางโลก เป็นสิ่งที่ชาวโลกสมมุติกันขึ้นมา เพื่อประโยชน์ในการอยู่ร่วมกันอย่างเป็นระเบียบเรียบร้อย เกิดความสงบสุขต่อสังคม ช่วยให้การดำเนินชีวิตของแต่ละคนมีความมั่นคง มีความสะดวกสบายจากการบริโภควัตถุ ตลอดจนการทำมาหาเลี้ยงชีพ

สิ่งที่ชาวโลกสมมุติกันขึ้นมา (สมมุติ = เห็นพ้องต้องกัน,ยอมรับในสิ่งที่กำหนดขึ้น) บางอย่างก็บัญญัติหรือตราไว้เป็นลายลักษณ์อักษร เป็นกฎหมาย ข้อบังคับ ระเบียบต่างๆ รวมถึงการกำหนดเป็นประเพณี วัฒนธรรม ตลอดจนชื่อของสิ่งต่างๆ

สมมุติดังกล่าวขึ้นอยู่กับแต่ละท้องถิ่น แต่ละประเทศ เช่น ประเพณีและวัฒนธรรมแต่ละท้องถิ่น สมมุติ (กำหนดขึ้นมา) ไม่เหมือนกัน กฎหมายของแต่ละประเทศบัญญัติขึ้นไม่เหมือนกัน ภาษาของประเทศหนึ่งหรือเผ่าพันธุ์หนึ่ง ต่างไปจากอีกประเทศหนึ่ง เผ่าพันธุ์หนึ่ง การเรียกชื่อสิ่งต่างๆ ของแต่ละท้องถิ่น แต่ละประเทศต่างกัน เหล่านี้เป็นต้น

นอกจากนี้สมมุติของชาวโลกยังเปลี่ยนแปลงได้ตามกาลเวลา หรือตามสถานการณ์ เช่นค่าของเงินที่มีอัตราแลกเปลี่ยนไม่คงที่ระเบียบข้อบังคับกฎหมาย มีการยกเลิกของเก่า ตราของใหม่ขึ้นมาใช้ เป็นต้น

สมมุติของชาวโลกเป็นสิ่งที่คนในโลกจะต้องเรียนรู้และปฏิบัติตามสมมุติบัญญัติ ที่กำหนดเป็นวัฒนธรรม ระเบียบ ข้อบังคับ กฎหมาย อันมีผลครอบงำบุคคลในท้องถิ่นและประเทศนั้นๆ ไว้

เช่นพูดภาษาที่ใช้ในท้องถิ่นของตน ปฏิบัติตามระเบียบข้อบังคับในหน้าที่การงาน ตามหน่วยงานที่ตนสังกัดอยู่ ปฏิบัติตามกฎหมายในประเทศที่ตนอาศัยอยู่ ใช้เทคโนโลยีตามที่องค์กร หรือชุมชนในสังคมของตนใช้อยู่ เป็นต้น

ไม่เพียงแต่เท่านั้น บุคคลในสังคมยังเรียนรู้ถึงค่านิยม กระแสของวัฒนธรรม ตลอดจนกระแสของวัตถุ และพฤติกรรมการบริโภคอื่นๆ ของประเทศที่เจริญแล้ว เพื่อเลียนแบบพฤติกรรมทางวัฒนธรรม และการบริโภคตามความต้องการของตน

กล่าวได้ว่ากระแสของโลก มีอิทธิพลครอบงำความเป็นอยู่ของบุคคลทำให้บุคคลต้องปฏิบัติตาม ในด้านกฎหมาย ระเบียบ ข้อบังคับ อาจรวมถึงจารีต ประเพณี และปรับเปลี่ยนพฤติกรรมความเป็นอยู่ตามค่านิยมใหม่ๆ ที่หลั่งไหลเข้ามา โดยเฉพาะค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภควัตถุซึ่งนำความสะดวกสบายมาสู่ชีวิต

ด้วยเหตุนี้กระแสโลกจึงมีบทบาทเข้ามาอยู่ในวิถีชีวิตประจำวันของบุคคล ทำให้ต้องปรับตัวให้สอดคล้องไปตามกระแสโลก ซึ่งไม่หยุดนิ่งอยู่ตลอดเวลา

ปัจจุบันกระแสของการบริโภควัตถุมีกำลังแรงมาก เพราะวัตถุที่เกิดจากการพัฒนาเทคโนโลยี มีความก้าวหน้าไปอย่างรวดเร็ว สามารถตอบสนองการทำงานให้เกิดประสิทธิภาพ และอำนวยความสะดวกต่อความเป็นอยู่ของบุคคล จึงตอบสนองกิเลสของคนได้อย่างมากๆ คนในยุคปัจจุบันจึงคลั่งไคล้ต่อการบริโภควัตถุยิ่งกว่าคนยุคใดสมัยใดในอดีตที่ผ่านมา และในอนาคตก็จะยิ่งคลั่งไคล้มากกว่าปัจจุบันอีก

การบริโภควัตถุต้องใช้จ่ายเงินมาซื้อหา ด้วยเหตุนี้คนในยุคปัจจุบันจึงต้องหาเงินกันตัวเป็นเกลียว หาทางประกอบอาชีพเพื่อจะหาเงินมามากๆ ต้องเหน็ดเหนื่อยเมื่อยล้า ต้องเครียด และส่งผลกระทบต่อสภาพการดำเนินชีวิตความเป็นอยู่ ทั้งโดยส่วนตัวและครอบครัวซึ่งเสียความสมดุลไปจากที่เคยเป็นมาในอดีต ทำให้ชีวิตมีความทุกข์ ความเครียด และความเห็นแก่ตัวมากขึ้น เรื่องทำนองนี้พรรณนาได้ทั้งวันก็ไม่จบ

คนในยุคปัจจุบันเมื่อหลงกระแสโลกมากเข้า ก็ยิ่งไม่รู้กระแสธรรม แท้จริงแล้ว**กระแสธรรม**มีความยิ่งใหญ่กว่ากระแสโลก เป็นกระแสที่มีมาตั้งแต่บรรพกาล ก่อนเผ่าพันธุ์ของมนุษย์จะอุบัติขึ้น ก่อนที่มนุษย์จะมีพัฒนาการจากมนุษย์ดึกดำบรรพ์ มาสู่มนุษย์ยุคเทคโนโลยี แม้ว่ากระแสโลกโดยชาวโลกจะเปลี่ยนแปลงไปสักเท่าใด แต่กระแสธรรมยังคงยิ่งยงครอบงำกระแสโลกอีกชั้นหนึ่งโดยไม่เปลี่ยนแปลง

กระแสโลกครอบงำหรือมีอิทธิพลต่อชาวโลก เฉพาะในสังคมหนึ่งๆ ในประเทศหนึ่งๆ ซึ่งมีวัฒนธรรมแตกต่างกัน และใช้กฎหมายไม่เหมือนกัน แต่กระแสธรรมครอบคลุมไปทั่วทุกหย่อมหญ้า ทุกพื้นที่ตารางนิ้ว ทุกเผ่า

พันธุ์ประชากรของโลก ไม่ว่าบุคคลจะนับถือศาสนาที่มีความแตกต่างกัน แต่ทุกคนตลอดจนทุกสรรพสิ่ง ทั้งที่เป็นสิ่งมีชีวิตและไม่มีชีวิต ต่างก็ตกอยู่ใต้การครอบงำของกระแสธรรมแบบเดียวกันหมด

กระแสธรรมจึงยิ่งใหญ่ยืนยงยิ่งกว่ากระแสโลก ควรหรือที่เราผู้ตกอยู่ใต้กระแสธรรม จะไม่เรียนรู้ถึงกระแสธรรม

กระแสธรรมที่ว่านี้คืออะไร

คือกฎธรรมชาติ

คือสามัญลักษณะ หรือลักษณะที่มีอยู่โดยทั่วไปทุกหนทุกแห่ง

คือกฎเหล็กประจำโลกมี ๓ ข้อ ซึ่งทุกสรรพสิ่งไม่อาจจะหลีกเลี่ยงหลบรอดจากกฎ ๓ ข้อนี้ได้

นั่นคือกฎของ **อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา** อันเรียกว่า **ไตรลักษณ์***

อนิจจัง คือความเปลี่ยนแปลง ความไม่คงที่ ความไม่แน่นอน ความไม่เที่ยง ความเป็นของชั่วคราว

ทุกขัง คือ ความยากลำบากที่จะคงทนอยู่ในสภาพเดิมได้ หรือ ความไม่สามารถคงทนอยู่ในสภาพเดิมได้ ความขัดแย้ง ความบีบคั้น กดดัน ความไม่สมบูรณ์ ความทุกข์

อนัตตา คือ ความไม่สามารถบังคับได้ดังใจปรารถนา ความไม่เป็นของใครจริง ความไม่ใช่ตน ไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่ของๆ ตน ทุกสิ่งเกิดจากส่วนประกอบย่อยๆ

---

* *เรื่อง* ***ไตรลักษณ์*** *หากต้องการศึกษาเพิ่มเติม อ่านได้จากหนังสือเรื่อง* ***จริงตามความเป็นจริง*** *หรือ* ***กรรมและการเวียนว่ายตายเกิด*** ของผู้เขียน

กฎทั้ง ๓ ข้อนี้สิ่งใดในโลกไม่ว่าจะเป็นสิ่งมีชีวิตและไม่มีชีวิตล้วนถูกกฎไตรลักษณ์ครอบงำอยู่ทุกขณะ กล่าวคือ

คนทุกคนเปลี่ยนแปลงไปอยู่ทุกวัน ทุกเวลา

ชีวิตเป็นของไม่แน่นอน ไม่เที่ยง

สิ่งต่างๆ เป็นของชั่วคราว เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป

ของที่เรามีอยู่เก่าไปเสื่อมไปตลอดเวลา คงทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้

สรรพสิ่งทั้งหลายมีความขัดแย้ง บีบคั้นกดดันกันอยู่ตลอดเวลา ไม่มีสิ่งไหนเลยที่มีความสมบูรณ์

ไม่มีสิ่งไหนเป็นของๆ ใครจริงๆ (เป็นจริงตามที่ชาวโลกสมมุติกันขึ้นมาเพื่อสิทธิในการครอบครอง) แท้จริงแล้วทุกอย่างเป็นสมบัติของโลก เราต่างพากันยืมสมบัติของโลกมาใช้ วันหนึ่งก็ต้องคืนให้โลกไป เพราะเมื่อตายไปไม่มีใครเอาสมบัติของโลกไปได้เลย

สิ่งทั้งหลายทั้งที่มีชีวิตและไม่มีชีวิต ไม่ใช่ตัวตนจริงๆ เป็นเพียงแต่ส่วนประกอบย่อยๆ ของธาตุทั้ง ๔ (ดิน น้ำ ลม ไฟ) ที่มารวมตัวกันตามเหตุปัจจัยในห้วงเวลาหนึ่งๆ หมดเหตุปัจจัยก็แตกสลายเป็นธาตุ ๔ คืนสู่โลก

ไม่มีใครบังคับสิ่งต่างๆ ให้ได้ดังปรารถนาว่า ขอให้รูปร่างของฉันอย่าแก่เลย อย่าเจ็บไข้ได้ป่วยเลย อย่าตายเลย

ขอให้สิ่งที่ฉันรักฉันหวงแหน อย่าเสื่อมไปเลย อย่าพลัดพรากจากฉันไปเลย อย่าเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ฉันไม่ปรารถนาเลย มีใครทำได้?

การไม่รู้ไม่เข้าใจความเป็นจริงทางธรรมหรือกระแสธรรม นำทุกข์มาให้

เพราะทุกคนต่างมีความมุ่งมาดปรารถนา ที่จะให้สิ่งที่ตนสัมผัสสัมพันธ์อยู่เป็นไปอย่างที่ตนต้องการ

นั่นคืออยากบังคับสิ่งต่างๆ ให้ได้ดังใจ

ในเมื่อสิ่งทั้งหลายเป็น**อนัตตา** ไม่สามารถบังคับได้ดังปรารถนา แล้วจะบังคับให้ได้ดังใจได้อย่างไร

หลายคนโต้แย้งประเด็นนี้ทันทีว่า ทำไมจะบังคับไม่ได้ ฉันยังเคยบังคับคนโน้นคนนี้ให้ทำอย่างที่ต้องการได้ ขับรถฉันก็บังคับให้เลี้ยวซ้ายเลี้ยวขวาได้ ตัวฉันเองก็บังคับได้ว่าฉันจะนั่ง จะยืน จะเดิน จะหยุด แล้วอย่างนี้จะว่าบังคับไม่ได้ดังใจได้อย่างไร

การบังคับคนโน้นคนนี้ให้ทำอย่างนั้นอย่างนี้แล้วเขาทำตาม เป็นการใช้บทบาทสถานะขอให้เขาให้ความร่วมมือ บางครั้งเขาก็ร่วมมือทำตาม บางครั้งเขาก็ไม่ร่วมมือ ใช่ว่าเขาจะทำตามที่เราบอกทุกครั้ง ขณะที่เขาทำตาม เขาอาจจะทำด้วยความเต็มใจหรือไม่เต็มใจก็ได้ และถึงแม้เขาทำตามสิ่งที่เขาทำผลอาจจะไม่ได้ดังใจก็ได้

สิ่งสำคัญไม่ว่าจะบังคับให้ใครคนใดคนหนึ่งทำตาม บังคับรถให้เลี้ยวซ้ายเลี้ยวขวา บังคับอิริยาบถของตนในการเคลื่อนไหว

ขณะที่สิ่งต่างๆ เป็นไปตามที่ตนบังคับนั้น ถามว่าบังคับให้สิ่งนั้นๆ ไม่ให้เสื่อมไปได้หรือไม่ คนที่เคยบอกเคยใช้ได้ดังใจ บังคับให้เขาซื่อสัตย์จงรักภักดีอยู่กับตนจนวันตาย และทำตามที่ตนบอกตนสั่งทุกครั้ง ได้หรือไม่ ไม่ได้เลย

*อย่าเอาเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นเฉพาะครั้งคราวมาเป็นมาตรฐาน ว่าสิ่งนั้นจะต้องเป็นเช่นนั้นเสมอไป เพราะสิ่งทั้งหลาย**ไม่เที่ยง ไม่แน่นอน***

เมื่อบุคคลรักชอบพอในสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ก็อยากให้สิ่งนั้นๆ คงอยู่อย่างเดิม (นิจจัง) ไม่อยากให้เปลี่ยนแปลงไป (ในทางที่เสียผลประโยชน์) แต่สิ่งทั้งหลายต้องเปลี่ยนไปอยู่ตลอดเวลา (อนิจจัง) ตามเหตุปัจจัย การเปลี่ยนอาจจะเป็นประโยชน์ยิ่งขึ้นก็ได้ หรือเสียประโยชน์ก็ได้เช่นกัน แต่ไม่ว่าสิ่งใดๆ

จะเปลี่ยนไปอย่างไรก็ตาม หากสิ่งนั้นเกิดจากองค์ประกอบของธาตุ ๔ ที่สุดก็แตกสลายจากสภาพเดิม หมดอายุที่จะดำรงอยู่ได้

ด้วยเหตุนี้บุคคลจึงต้องพลัดพรากจากของรักของชอบด้วยกันทั้งสิ้น อาจจะพลัดพรากทั้งที่ยังมีชีวิตอยู่ หรือพลัดพรากเมื่อตาย (แตกสลาย) ไปจากกัน

พระพุทธองค์ตรัสว่า ชีวิตตั้งอยู่บนฐานของความทุกข์ มีแต่ทุกข์เท่านั้นที่เกิดขึ้น ทุกข์เท่านั้นที่ตั้งอยู่ ทุกข์เท่านั้นที่ดับไป นอกจากทุกข์เกิด ไม่มีอะไรเกิด นอกจากทุกข์ดับ ไม่มีอะไรดับ

ทุกข์ของวัตถุสิ่งของ เกิดจากสิ่งนั้นๆ ไม่สามารถคงทนอยู่ในสภาพเดิมได้ ถูกบีบคั้นกดดัน และมีความขัดแย้งในมวลสาร (ธาตุทั้ง ๔) ให้เสื่อมไปอยู่ตลอดเวลา

ทุกข์ของบุคคลเกิดจากทุกข์กาย และทุกข์ใจ ทุกข์กายเพราะร่างกาย (ธาตุ ๔) เดินทางไปสู่ความแก่ (ชรา) ความเจ็บป่วย (พยาธิ) และความตาย (มรณะ) นอกจากนี้ร่างกายยังต้องหิว ต้องปวดเมื่อยเหนื่อยล้า ต้องขับถ่าย ต้องนอนพักผ่อน จึงต้องคอยดูแลหาให้อยู่หาให้กินอยู่ทุกเมื่อเชื่อวัน และเมื่อมีโรคภัยไข้เจ็บมาเบียดเบียน ก็จะเห็นทุกข์อย่างชัดเจน โดยเฉพาะในช่วงใกล้ตาย เห็นทุกข์ภัยของสังขาร สังขารจึงเป็นที่เกิดของทุกข์ เป็นกองทุกข์กองใหญ่ที่ติดอยู่กับตัวของทุกคน

ทุกข์ทางด้านจิตใจ พระพุทธองค์ตรัสในอริยสัจ ๔ ว่า ทุกข์เพราะ**ตัณหา** (กามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา) และ**อุปาทาน** โดยเฉพาะตัวอุปาทานหรือความยึดในตนและของๆ ตน นั่นแหละเป็นตัวทุกข์

หากบุคคลอยากได้อะไรสักอย่าง ซึ่งโดยปกติแล้วแต่ละวันใครๆ ก็อยากได้โน่นอยากได้นี่ อยากให้สิ่งนั้น สิ่งนี้เป็นอย่างที่ตนต้องการ

ลำพังความอยากยังไม่ใช่ตัวแท้ๆ ของความทุกข์ เพียงแต่เป็นต้น

เหตุของทุกข์ เหมือนกับถ้าเล่นการพนันเป็นความเสื่อม คนเข้าบ่อนการพนันใช่ว่าจะเสื่อมถ้าเขาไม่เล่นการพนัน เขาอาจจะเข้าไปเป็นสายสืบ หรือเข้าไปส่งอาหารตามที่คนเล่นการพนันสั่ง แต่ถ้าเล่นการพนันเมื่อใด เมื่อนั้นคนนั้นจะเสื่อมทันที

ฉันใดก็ฉันนั้นวันหนึ่งๆ แต่ละคนมีความอยาก (ตัณหา) มากมาย แต่ถ้าไม่ได้ก็ไม่เป็นไร (ไม่ทุกข์) การไปยึด (อุปาทาน) ว่าจะต้องให้ได้ดังใจที่อยาก ตัวนี้แหละเป็นตัวทุกข์ เพราะถ้าไม่ได้ก็ขัดเคืองมีทุกข์ใจเกิดขึ้น ถึงได้สิ่งนั้นมา ก็ใช่ว่าจะมีสุข ความจริงได้**สิ่งไหนก็เป็นทุกข์ต่อสิ่งนั้นหากไปยึดว่าเป็นของตน**

เมื่อได้ครั้งแรกดูเผินๆ ว่าเป็นความสุข แท้จริง**ความยินดีพอใจที่ตัณหาได้รับการตอบสนอง บดบังความทุกข์ไว้ชั่วคราว** ครั้นเมื่อความยินดีพอใจเปลี่ยนไป ก็จะเห็นทุกข์เข้ามาแทนที่

เช่น บุคคลซื้อรถมา ทันทีที่ซื้อรถเป็นกรรมสิทธิ์ ความยินดีพอใจก็ท่วมท้นอยู่ในใจ รู้สึกเป็นสุขใจที่ตัณหาได้รับการตอบสนอง ตราบที่ยังเห่อของใหม่ก็ยังรู้สึกว่าเป็นสุข ทั้งๆ ที่ซื้อรถมาเป็นความทุกข์ เหตุใดจึงว่าเช่นนั้น

ทุกข์เพราะเงินที่ซื้อเกิดจากน้ำพักน้ำแรงของการทำงาน กว่าจะหาเงินได้มากพอที่จะซื้อรถได้ต้องแลกกับทุกข์ยากขนาดไหน ทุกข์เพราะเป็นภาระที่ต้องดูแลรักษา ยิ่งเป็นของใหม่ยังเห่อๆ ยิ่งดูแลรักษาเป็นพิเศษชนิดเช็ดทุกวัน ใครเอามือไปลูบคลำตัวรถไม่ได้ เดี๋ยวจะสกปรก ใครไปยืนพิงก็ไม่ได้ เดี๋ยวจะบุบ

ทุกข์เพราะมีค่าใช้จ่ายเพิ่มขึ้นทั้งค่าน้ำมัน ค่าบำรุงรักษา ทุกข์เพราะรถเสื่อมลงไปทุกวัน อาจจะเสีย อาจถูกเฉี่ยวชน

นอกจากนี้ยังมีเรื่องทุกข์กับรถสารพัด จึงกล่าวได้ว่า ได้สิ่งไหนมา

ก็ทุกข์เพราะสิ่งนั้น หากไปยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นของตน แม้ว่าสิ่งที่ได้จะสร้างความยินดีชื่นชูใจให้สักเท่าใดก็ตาม ซึ่งยิ่งรักมากก็ยิ่งทุกข์มาก เพราะที่สุดวันหนึ่งก็ต้องพลัดพรากจากของรักไป การพลัดพรากขณะที่กำลังรักกำลังหลง ยิ่งทำให้ทุกข์ทับทวี

การรู้ธรรม เข้าใจธรรม นำธรรมมาเป็นเครื่องสอนใจ เว้นที่ว่างในห้องหัวใจไว้ให้ธรรมสถิตอยู่ ธรรมจะให้ความร่มเย็นในจิตใจ ช่วยแก้ทุกข์ให้คลายลง แม้กระทั่งช่วยดับทุกข์ได้สนิท

อย่าปล่อยให้ห้องหัวใจมีแต่กิเลส ตัณหา ครอบงำไปหมดชีวิตจะมีแต่ความเร่าร้อน ทุกข์กาย ทุกข์ใจ

ทางโลกก็ต้องเรียนรู้ เพราะต้องอยู่กับโลก ต้องอาศัยโลกทำมาหากินเลี้ยงชีวิต ถ้าไม่รู้ทางโลกก็ยากที่จะเอาตัวรอด จะยากจนขัดสน จะเชย จะเฉิ่ม จะเป็นคนขวางโลก

แต่รู้ทางโลกอย่างเดียวก็จะหลงโลกหลงสมมุติของโลกเอาตัวไม่รอด (จากทุกข์) อย่าให้ความรู้ (ทางโลก) ท่วมหัว แต่เอาตัวไม่รอด (จากทุกข์)

จึงต้องรู้ทางธรรมด้วย เพราะธรรมเป็นสัจจะที่ยืนยงมาทุกยุคทุกสมัย พระพุทธเจ้ามาตรัสรู้ ก็มารู้ของที่มีอยู่แล้วในโลก ไม่ได้รู้ของใหม่เลย เมื่อรู้แล้วก็นำมาสั่งสอนพุทธบริษัท ถ้าไม่รู้ทางธรรมก็เป็นคนเขลามีความเห็นไม่ตรงกับความเป็นจริง เพราะโมหาคติบดบังไว้

๔.กลัวสิ่งใดก็คิดลำเอียงต่อสิ่งนั้น(ภยาคติ)

โดยคิดวิตกกังวลไปต่างๆ นานาเกินความเป็นจริง

ความกลัวเป็นสิ่งที่ปิดกั้นโอกาสให้กับตน นอกจากนี้ยังนำความทุกข์มาให้บุคคล

ความกลัวเป็นอคติอย่างหนึ่ง เพราะถ้ากลัวสิ่งไหนก็คิดปรุงแต่งเรื่องนั้นเกินความเป็นจริง

แต่ละคนมักจะมีความกลัวกันคนละแบบ หรือบางคนกลัวหลายสิ่งหลายอย่าง

บางคนกลัวความมืด บางคนกลัวความเปล่าเปลี่ยวไม่กล้าอยู่คนเดียว บางคนกลัวผี บางคนกลัวสัตว์บางชนิด เช่น จิ้งจก ตุ๊กแก แมลงสาบ ฯลฯ

บางคนกลัวจน บ้างกลัวจะน้อยหน้าคนอื่น บ้างก็กลัวว่าลูกจะลำบาก เป็นห่วงคนที่ใกล้ชิด กลัวว่าจะมีอันตราย ชีวิตจะลำบากขัดสนสารพัดสารพัน

บางคนกลัวเป็นผู้แพ้ บางคนกลัวเสียศักดิ์ศรี บางคนกลัวเสื่อมลาภยศ สรรเสริญ สุข บางคนกลัวการพลัดพรากจากของรักของหวง บางคนกลัวตาย ฯลฯ

ความกลัวบางอย่างเกิดจากการได้รับข้อมูลผิดมาแต่เด็กๆ (ถูกผู้ใหญ่หลอก) จึงจำฝังใจ เช่น กลัวตุ๊กแก เพราะตอนเป็นเด็กอาจจะชอบร้องงอแงหรือซน ผู้ใหญ่จึงขู่เอาว่าอย่าร้องนะ อย่าซนนะ เดี๋ยวตุ๊กแกจะกินตับ ยิ่งขู่ตอนที่ตุ๊กแกกำลังร้องด้วยแล้วเท่ากับตอกย้ำความกลัวให้กับเด็กเข้าไปถึงจิตใต้สำนึก

มีคนกลัวตุ๊กแกกันมากอย่างไม่น่าเชื่อ โดยเฉพาะคนกรุงหรือคนในเมืองใหญ่ ที่วัดตาดน้ำพุที่ผู้เขียนอยู่ มีกุฏิอยู่ร่วม ๕๐ หลัง ไม่น่าเชื่อว่ากุฏิทุกหลังมีตุ๊กแกอาศัยอยู่ ไม่ว่าจะเป็นกุฏิไม้หรือกุฏิปูน

ในแต่ละปีมีฆราวาสไปปฏิบัติธรรมที่วัดจำนวนไม่น้อย และช่วงเข้าพรรษาจะมีพระบวชใหม่หลายรูป บางรูปเป็นผู้มีภูมิลำเนาอยู่กรุงเทพ

โยมผู้หญิงจำนวนไม่น้อยกลัวตุ๊กแก ไม่กล้านอนลำพังคนเดียว บาง

คนไม่กล้าเข้าห้องน้ำตอนกลางคืน เพราะมีตุ๊กแกอยู่ในห้องน้ำ โยมต้องอั้นไว้จนรุ่งเช้า หากอยู่ปฏิบัติธรรมไปนานวัน น่ากลัวว่ากระเพาะปัสสาวะจะอักเสบ

มีพรรษาหนึ่งมีพระบวชใหม่มาจากกรุงเทพ เพิ่งเรียนจบปริญญาตรี เตรียมตัวเดินทางไปเรียนต่อต่างประเทศ พระรูปนี้กลัวตุ๊กแกมากๆ ที่กุฏิของท่าน มีตุ๊กแกอาศัยอยู่ด้วย อาทิตย์แรกท่านนอนแทบไม่หลับเพราะกลัวตุ๊กแก เมื่อทนไม่ไหวจึงขอให้เณรช่วยไปจับตุ๊กแก

เณรที่วัดเชี่ยวชาญในการจับตุ๊กแกมาก ถ้าตุ๊กแกอยู่สูงก็ทำห่วงติดปลายไม้คล้องคอตุ๊กแก กระตุกห่วงก็คล้องได้ตุ๊กแกแล้วเอาตุ๊กแกไปปล่อย แต่ตุ๊กแกก็กลับมาอีก ไม่รู้ว่าเป็นตัวเก่าหรือตัวใหม่ พระก็ไปขอให้เณรช่วยจับตุ๊กแกให้อีก

คราวนี้เณรจับตุ๊กแกได้ก็จับตุ๊กแกด้วยมือเปล่า เอาไปจ่อที่หน้าพระ เพื่อให้ท่านดูถนัดตา

เณรบอกพระว่าตุ๊กแกมันตัวแค่นี้ไม่เห็นมีอะไรน่ากลัว มันไม่กัดคน ไม่กระโดดกอดคอคน ไม่กินตับคน ไม่ทำร้ายคน ท่านดูสิผมยังจับมันได้ ไม่เห็นจะน่ากลัวอะไร เอ้าท่านลองจับมันดูบ้าง ถ้าไม่กล้าจับก็ลองเอามือแตะๆ มันดู เณรกล่าวสำทับ

พระกลัวจะเสียหน้า เพราะขนาดเป็นเณรยังกล้าจับตุ๊กแกอย่างหน้าตาเฉย ตนเป็นพระกลับกลัวตุ๊กแกขึ้นสมองจึงกลั้นใจเอานิ้วไปจิ้มแตะตุ๊กแก แล้วรีบหดมือโดยเร็ว พระรู้สึกว่า เฮ้อ โล่งอกไปที พอจะกู้หน้ากับเณรไว้ได้

เณรยังรุกต่อไปอีกว่า เอาใหม่ท่านลองจับมันดู ถ้าไม่กล้าจับตัวจะจับหางมันก็ได้ ผมจะจับคอมันเอาไว้ รับรองมันไม่กัดท่านหรอก

คราวนี้พระต้องกลั้นใจเป็นครั้งที่สอง เอามือไปจับหางตุ๊กแกแล้ว

รีบปล่อย

เณรยังคงตอกย้ำว่าเห็นไหมมันไม่เห็นน่ากลัวเลย แล้วเณรก็เอาตุ๊กแกไปปล่อยเสียไกล แล้วตุ๊กแกก็กลับมาอยู่ที่กุฏิหลังนั้นอีก (ก็ไม่รู้ว่าเป็นตัวเก่าหรือตัวใหม่)

ตั้งแต่นั้นมาพระก็ค่อยๆ หายกลัวตุ๊กแก นอนหลับได้สนิท หลังจากหน้าซีดหน้าเซียวน้ำหนักลด เพราะนอนไม่หลับอยู่หลายคืน

ความกลัวทำให้บุคคลสร้างจินตนาการไปในทางที่ผิดๆ แต่งเรื่องหลอกตัวเองขึ้นมา คนที่กลัวความมืดหรือกลัวเสียงก๊อกๆแก๊กๆ ยามอยู่ตามลำพัง ก็จะสร้างจินตนาการว่า เดี๋ยวผีโผล่ออกมาหลอก แล้วก็คิดถึงผีแม่นาคพระโขนง หรือผีตัวอื่น ที่ตนเคยดูในหนังในทีวี ยิ่งคิดปรุงแต่งว่าผีหน้าตาเป็นอย่างนั้นอย่างนี้จะมาหลอกเราอย่างนั้นอย่างนี้ ยิ่งกลัวไปใหญ่ ทั้งๆ ที่ความมืดเป็นธรรมชาติของกลางคืน เสียงก๊อกๆแก๊กๆ ก็เป็นเสียงของสัตว์ที่หากินกลางคืน หรือเป็นเสียงลม

เมื่อเขียนถึงเรื่องนี้ ผู้เขียนอดนึกถึงประสบการณ์ของตนเองที่ต้องเผชิญกับความกลัวครั้งสำคัญของชีวิต ขอนำมาเล่าบางทีอาจจะเป็นประโยชน์ต่อผู้อ่านบ้าง

ราวปี พ.ศ. ๒๕๓๕ ช่วงนั้นเป็นช่วงที่ผู้เขียนมุ่งต่อการปฏิบัติธรรม จึงชวนกัลยาณมิตรไปปฏิบัติธรรมที่วัดภูทอก จ.หนองคาย ผู้เขียนเคยไปวัดนี้มาก่อนแล้ว ๒ ครั้ง รู้สึกชอบในความสงบและทัศนียภาพ โดยเฉพาะเมื่อขึ้นไปอยู่ชั้น ๕-๖ รอบๆ ภู

คณะที่ร่วมไปปฏิบัติธรรมครั้งนั้นมี ดร.สมชัย รักวิจิตร คุณณรงค์ โชควัฒนา (ผู้บังคับบัญชาของผู้เขียนในขณะนั้น) อ.สุพร ชนะพันธ์ คุณสมบัติ (คนขับรถ) และผู้เขียน รวม ๕ คน กำหนดเวลาปฏิบัติธรรม ๗ วัน

คณะของเราขึ้นไปทำสมาธิภาวนาอยู่ชั้น ๕ เราสังเกตว่ามีผู้เดิน

ทางท่องเที่ยวมาชมความงามของวัดในแต่ละวัน และได้ข่าวว่าหากเป็นวันเสาร์-อาทิตย์ จะมีผู้มาชมวัดมากกว่าวันธรรมดา เมื่อเป็นเช่นนี้คณะของเราจึงขอให้ทางวัดช่วยแนะนำสถานที่สงบ ปลอดจากคนรบกวน เพื่อเราจะย้ายไปปฏิบัติภาวนาในช่วงเสาร์-อาทิตย์ ซึ่งทางวัดแนะนำว่า ควรไปที่**ภูกิ่ว** ห่างจากวัดไปไม่ไกลนัก จะให้เณรพาไป

ภูกิ่วเป็นสำนักสงฆ์ร้าง รถเข้าไปไม่ถึงจึงต้องเดินเท้าเข้าไประยะหนึ่ง มีกุฏิหลายหลัง พอที่คณะของเราและเณรจะอาศัยปฏิบัติภาวนา กุฏิแต่ละหลังอยู่ห่างกัน มองไม่เห็นกัน

ผู้เขียนเลือกกุฏิหลังหนึ่งในป่าลึก เป็นกุฏิชั้นเดียวเตี้ยๆ สูงเพียงบันได ๓ ขั้น ด้านซ้ายเป็นภูเขา ด้านหลังกุฏิเป็นที่ลาดชันลึกลงไป

ครั้นพลบค่ำ หลังสวดมนต์แล้ว ผู้เขียนนั่งภาวนาอยู่ในกลดภายในกุฏิ เมื่อความมืดครอบคลุมพื้นที่สนิท ลมเริ่มแรงขึ้น พัดประตูซึ่งไม่มีกลอนเสียงดังออดแอด ผู้เขียนก็กำหนดรู้ไปว่าเสียงลมพัดประตู**เป็นของธรรมดา**

ในเวลาเดียวกันก็มีเสียงกระทบกิ่งไม้ใบไม้แห้ง ที่ร่วงหล่นทับถมกันบนพื้นรอบกุฏิ คล้ายเสียงสิ่งมีชีวิตเดินเหยียบย่ำอยู่รอบกุฏิ ผู้เขียนก็กำหนดรู้ไปว่าเสียงสัตว์หากินยามกลางคืน **เป็นของธรรมดา**

ต่อมาลมพัดแรงขึ้น เสียงเหยียบย่ำรอบกุฏิหนักขึ้น เสียงกิ่งไม้ลู่ลงมาเสียดสีหลังคา คราวนี้ผู้เขียนชักเอะใจว่าท่าจะ**ไม่ธรรมดา** เพราะเมื่อเย็นยังยืนพิจารณาดูว่ากุฏิอยู่ใต้ต้นไม้สูง ไม่มีทางที่กิ่งไม้จะลู่มาเสียดสีหลังคาได้เพราะอยู่ห่างกัน

เท่านั้นเองจิตที่ตั้งมั่นอยู่ภายในก็ส่งออกคิดปรุงแต่งเสียงรอบข้างโดยเฉพาะเสียงเหยียบย่ำอยู่รอบกุฏิหนักขึ้น ราวกับมีสัตว์ใหญ่ หรือคนเดินวนอยู่รอบกุฏิ

เมื่อจิตส่งออกไปปรุงแต่งเรื่องข้างนอก ความกลัวก็เกิดขึ้น ยิ่งปรุง

แต่งมาก ก็ยิ่งกลัวมาก กลัวจนจับใจได้ยินเสียงเต้นของหัวใจ

ขณะที่ตกอยู่ในสถานการณ์ดังกล่าว ก็ได้ยินเสียงดังชัดเจนมาทางหูด้านขวาว่า

มรณานุสติ

เท่านั้นเองสติเริ่มกลับคืนมา ถามตัวเองว่ากลัวอะไร ตอบว่ากลัวเสียงฝีเท้าที่เหยียบย่ำอยู่รอบกุฏิ อาจจะเป็นสัตว์ใหญ่ เช่น หมี เดี๋ยวจะขึ้นมาทำร้ายเรา เพราะประตูกุฏิปิดไม่ได้ กุฏิก็เตี้ยๆ แค่นี้เอง

ถามตัวเองต่อไปว่า ถ้ามันขึ้นมาทำร้ายแล้วจะเป็นอย่างไร ตอบว่าถึงตายได้นะ

ถามตัวเองว่า ตายแล้วจะเป็นอย่างไร ตอบว่า ตายแล้วก็ต้องกลับมาเกิดอีกสิ

ถามอีกว่า กลับมาเกิดเป็นอะไร ตอบว่า การกลับมาเกิดเป็นอะไรย่อมขึ้นอยู่กับบุญกุศลของแต่ละคน

ถามต่อไปว่าตอนนี้เรามีบุญกุศลอยู่หรือไม่ ตอบว่า มี มีอยู่ไม่น้อยทีเดียวนะ ทานเราก็ทำ ศีลก็รักษาได้ (แล้ว) ภาวนาก็ทำมาหลายปี นี่ก็กำลังภาวนาอยู่นะ

ถามต่อไปว่า ถ้าตายตอนนี้แล้วจะกลับมาเกิดเป็นอะไร ตอบว่า อย่างน้อยก็กลับมาเกิดเป็นคน เชื่อมั่นว่าจะต้องดีกว่าเก่าแน่ๆ

ถามอีกว่า ถ้าไม่ตายตอนนี้แล้วจะต้องตายไหม ตอบว่า ไม่ตายวันนี้ วันหน้าก็ต้องตาย ต้องตายกันทุกคนอยู่แล้ว

คราวนี้จิตกลับมามีกำลัง สติปัญญาก็กลับคืนมาไม่กลัวตายแล้ว เอ้าตายเป็นตาย มันจะตายเดี๋ยวนี้ก็ไม่ว่า พร้อมที่จะตายอย่างอาจหาญ

เท่านั้นเอง เสียงลมพัดตีประตูดังตึงตัง เสียงกิ่งไม้ระหลังคา เสียงดังเหยียบย่ำรอบๆ กุฏิก็**หยุดลงราวปลิดทิ้ง หยุดสนิทในบัดดล**

อัศจรรย์จริงหนอ ธรรมะช่างอัศจรรย์จริงหนอผู้เขียนอุทานอยู่ในใจ

เสียงดังที่เหยียบย่ำรอบกุฏิ หากเป็นเสียงสัตว์ มันก็ต้องมีเสียงเดินจากไปจางหายไป แต่นี่หยุดสนิททันทีทันใด

จากนั้นผู้เขียนก็สามารถนั่งสมาธิภาวนาได้ต่อไปเป็นปกติ มาประจักษ์ความจริงว่าที่สุดแห่งความกลัวของบุคคลคือ**ความตาย** หากไม่กลัวตายเสียอย่างก็ไม่ต้องกลัวอะไร

ประสบการณ์ครั้งนั้น สร้างกำลังใจให้ผู้เขียนที่จะปลีกวิเวกอยู่ตามป่าเขาตามลำพังได้ โดยไม่หวาดหวั่น

เรื่องการภาวนาที่ภูกิ่วของคณะ ๒ คืน แทบทุกคนมีประสบการณ์ในการเผชิญสิ่งทดสอบอย่างไม่น่าเชื่อ โดยเฉพาะในคืนที่ ๒ เณรโดนทดสอบหนักกว่าเพื่อน ดีแต่ว่าทุกคนกุมสติไว้อยู่ มีกำลังใจเข้มแข็ง จึงผ่านแบบทดสอบไปได้ กลับมาภูทอกจึงได้รู้ว่า ภูกิ่วไม่ใช่สถานที่ธรรมดา ส่วนใหญ่เจอกันมาแล้วทั้งนั้น....

มีข้อแนะนำสำหรับคนที่กลัวความมืด กลัวเสียงดังก๊อกๆ แก๊กๆ กลัวสัตว์บางชนิด กลัวผี หรือกลัวสิ่งต่างๆ

ทันทีที่รู้สึกกลัวให้หยุดคิดปรุงแต่งว่าเดี๋ยวจะเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ เพราะการคิดปรุงแต่งเป็นการส่งจิตออกนอกตัว สร้างเรื่องหลอกตนเองให้กลัวยิ่งขึ้น ให้รวมจิตเข้ามาอยู่ข้างใน อยู่กับกายกับจิตปัจจุบัน

สั่งให้จิตหยุดคิดเสีย ให้นิ่ง ไม่คิดถึงเรื่องอะไรทั้งนั้น คุมจิตให้นิ่งอย่างเดียว

หากจิตนิ่ง สังขารหรือการปรุงแต่งของจิตก็ไม่ทำงาน ความกลัวก็ไม่เกิดขึ้น เพราะจิตอยู่ในความว่าง ความสงบ ไม่สร้างเรื่องหลอกตนเอง

หรือถ้ากำลังทำอะไรอยู่ให้กำหนดจิตมีสติ รู้เฉพาะสิ่งที่กำลังทำ เช่น

กำลังเดิน ก็กำหนดซ้าย-ขวาที่เท้าก้าวไป หรือเคลื่อนไหวส่วนไหนของร่างกายก็กำหนดจิตมีสติรู้ไปตามอิริยาบถ การกำหนดเช่นนี้จิตจะอยู่ภายในกาย-จิตของตนเอง ไม่ส่งไปคิดปรุงแต่งเรื่องข้างนอก

หรืออาจจะสวดมนต์ก็ได้เอามาเป็นกำลังใจจดจ่ออยู่กับบทสวด ก็จะไม่ปรุงแต่งเรื่องข้างนอก

ทั้ง ๓ วิธีดังกล่าว **เป็นยุทธวิธีถอยเข้าป้อมค่าย** ปิดประตูตั้งมั่นอยู่ในป้อมปราการ อีกวิธีเป็น**ยุทธวิธีประจัญบาน** คือกลัวสิ่งไหนเผชิญกับสิ่งนั้น เช่น กลัวตุ๊กแกก็ให้ไปยืนดูตุ๊กแกอย่างใกล้ชิด จับได้ก็จับเลย หรือหากกลัวความมืดก็ออกไปเผชิญกับความมืด เป็นต้น ยุทธวิธีนี้ต้องสะสมพลังของความกล้าและสติไว้ให้มั่นคง จะเลือกวิธีใดก็สุดแต่ท่าน...

หรือไม่เอาสักวิธี ยังคงรักษาวิธียอดนิยมคือกลัวต่อไป...

ความกลัวบางอย่างสร้างทุกข์ให้กับผู้กลัวอยู่เป็นประจำ โดยเฉพาะความกลัวว่าบุคคลที่ตนรักว่าจะเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ ในสิ่งที่ตนไม่อยากให้เป็น

แม่บางคน (หลายคน) รักและเป็นห่วงลูก เมื่อลูกยังเป็นเด็กเรียนหนังสือกลับบ้านค่ำ ก็เป็นห่วง กลัวว่าจะเถลไถลไปในทางที่ไม่ดี กลัวว่าจะเป็นอันตราย ตั้งหน้าตั้งตาคอยลูกด้วยใจกระวนกระวาย กระสับกระส่าย ดูนาฬิกาแล้วดูอีก ไม่เป็นอันทำอะไร บางคนข้าวปลาไม่ยอมกิน ถึงกินก็กินไม่ลง เพราะความเป็นห่วงลูก ทั้งๆ ที่กลัวสักเท่าใด เป็นห่วงสักเท่าใดก็ไปช่วยอะไรเขาไม่ได้ และความจริงหลายๆ ครั้งเขาก็ไม่ได้เป็นอย่างที่แม่คิดหรืออย่างที่เป็นห่วง เขาอาจจะมีงานหรือกิจกรรมพิเศษที่ต้องทำ ซึ่งไม่ได้ไปเหลวไหลหรือตกอยู่ในอันตรายอย่างที่แม่เป็นห่วงแต่อย่างใด ตัวแม่เองสมัยเป็นนักเรียนก็เคยเป็นอย่างนี้

บางคนลูกโตแล้วมีครอบครัวไปแล้วอยู่กันคนละแห่ง แม่ก็ยัง

อุตส่าห์ส่งใจตามไปเป็นห่วงเป็นใยลูก เขาจะอยู่อย่างไรหนอ จะมีทุกข์สุขอย่างไรหนอ คู่ครองของเขาจะรักและซื่อสัตย์ต่อเขาหรือไม่หนอ แม้มีหลานก็ห่วงไปถึงหลาน แม่ขยันส่งจิตส่งใจไปคิดเป็นห่วงทำให้นอนไม่ค่อยหลับ เป็นการทำร้ายตนเอง

เมื่อเร็วๆ นี้มีแม่คนหนึ่งมาสารภาพกับผู้เขียนว่านอนไม่หลับ เครียดต้องไปเข้าโรงพยาบาลเพิ่งกลับจากโรงพยาบาลมา ผู้เขียนดักคอไปว่า คิดถึงลูกหลานสิ แม่ผู้นั้นสารภาพว่าใช่เลย

เพราะก่อนหน้านี้ดูทีวีมีข่าวน้ำท่วมที่ต่างประเทศ คนตายกันมาก บ้านเรือนถนนหนทางรถราจมอยู่ในน้ำ ประจวบกับช่วงเดียวกันฝนตกหนักที่บ้านเรา ทางภาคเหนือและภาคอีสาน ลูกมีกำหนดจะเดินทางไปขอนแก่น แม่เป็นห่วงลูก กลัวว่าลูกจะไปเผชิญกับฝนตกหนักระหว่างทาง เดี๋ยวจะมีอันตรายเหมือนข่าวที่ดูมา คิดไปสารพัดสารพันจนนอนไม่หลับ รู้สึกปวดที่ท้ายทอย อึดอัด หายใจไม่ออก เหมือนจะขาดใจ ทนทุกข์ทรมานอยู่แทบทั้งคืน โทรศัพท์ในหมู่บ้านก็เสีย ที่บ้านไม่มีโทรศัพท์มือถือถึงมีก็ไม่มีสัญญาณ ไม่รู้จะทำอย่างไรใจคิดห่วงลูกไปสารพัดสารพัน (ทั้งๆที่ลูกมีครอบครัวแล้ว)

วันรุ่งขึ้นต้องไปหาหมอที่โรงพยาบาล หมอให้นอนพัก ๑ คืน ติดต่อกับลูกได้ ลูกรีบเดินทางกลับมาเยี่ยมแม่ เมื่อแม่เห็นหน้าลูก ความเจ็บไข้ก็หายปรากฏว่าวันคืนที่แม่เป็นห่วงลูกนั้น ลูกอยู่สุขสบายกับสามีไม่ได้เดินทางไปไหน

ความคิดวิตกกังวลห่วงในสิ่งต่างๆ ทำให้เกิดความเครียดเป็นเหตุให้ร่างกายหลั่งสารแอดรินาลิน (adrenalin) ออกมา สารดังกล่าวเป็นโทษต่อการทำงานของอวัยวะในร่างกาย เป็นตัวเสริมให้เกิดโรคร้ายแรงหลายชนิดที่คนส่วนใหญ่เป็นกัน เช่น โรคหัวใจ (ตายเป็นอันดับ ๑) โรคมะเร็ง (ตายเป็นอันดับ ๒) โรคความดันโลหิต โรคกระเพาะ โรคท้องผูก โรคไมเกรน เป็นต้น

บุคคลชอบทำร้ายตนอยู่เสมอ ด้วยความคิดของตนเอง การไม่ศึกษาธรรม ไม่รู้ธรรม จึงไม่รู้จักคำว่าปล่อยวาง ไม่รู้ความเป็นจริงตามหลักอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เป็นเหตุให้ใจยึดมั่นถือมั่น (อุปาทาน) ห่วงหาอาลัยในของรักของตน จึงสร้างทุกข์ให้กับตน

บางคนบางครอบครัว เมื่อเป็นเด็กเคยยากจนมาก่อน ชนิดอดมื้อกินมื้อ ต้องดิ้นรนต่อสู้ชีวิตด้วยความลำบากยากเข็ญ อาศัยใฝ่ดีมีมานะ สร้างเนื้อสร้างตัว เป็นปึกแผ่นมั่นคงขึ้นมาได้ ครั้นมีลูกกลัวว่าลูกจะลำบาก ขัดสนเหมือนกับตน จึงเลี้ยงดูลูกให้ได้อยู่ได้กินได้ใช้อย่างดี ไม่ให้ลูกน้อยหน้าใคร นอกจากนี้ยังสะสมเงินทองทรัพย์สมบัติเอาไว้ให้ลูก

หลายคนที่ผู้เขียนเห็นทำงานอาบเหงื่อต่างน้ำ ทุ่มเทชีวิตจิตใจหาเงินหาทองเอาไว้เพื่อลูก แม้จะมีฐานะมั่นคงแล้วตัวเองก็ยังประหยัดกินประหยัดใช้ แต่ลูกกลับใช้เงินทองอย่างฟุ่มเฟือย เกียจคร้าน ไม่ใฝ่ดีเหมือนพ่อแม่ นอนก็ตื่นสาย งานบ้านก็ไม่ช่วยทำ ตื่นขึ้นมาก็ไม่เก็บพับผ้าห่ม ปล่อยให้ห้องนอนรก สกปรก (รอให้คนรับใช้-บางทีก็เป็นแม่มาทำให้) กินอาหารเสร็จจานชามก็ไม่ล้าง ซ้ำยังทิ้งเอาไว้บนโต๊ะอาหาร (รอให้คนรับใช้-บางทีก็เป็นแม่มาทำให้)

ถามว่าเรารักลูกอย่างไรกัน เลี้ยงลูกอย่างไรกัน จะเลี้ยงให้เป็นคนเกียจคร้าน ไม่เอางานเอาการ มีชีวิตเปราะบาง เอาแต่ใจตัว ใช้จ่ายฟุ่มเฟือยเช่นนั้นหรือ เราอยากให้ลูกเป็นคนดี มีความสุข มีความเข้มแข็ง มีสติปัญญาที่จะต่อสู้ยืนหยัดชีวิตในสังคม ท่ามกลางกระแสของการแข่งขันทางทำมาหากิน และกระแสของวัตถุนิยม ตลอดจนอบายมุขที่ถั่งโถมเข้ามาทำลายคุณธรรมของคนในสังคม แต่กลับไม่เลี้ยงลูกให้มีวินัย ใฝ่ดี ขยัน อดทน

ที่ลูกมีนิสัยเช่นนี้ เพราะพ่อแม่เลี้ยงลูกให้เป็นอย่างนั้น แล้วก็มาทุกข์ใจกับลูกว่าทำไมจึงมีนิสัยเช่นนี้ จะแก้อย่างไร ความรักอัน

เกิดจากความกลัว (ลูกจะลำบาก) ของเรา กลับทำร้ายลูกรักของเราเอง

ความกลัวบางเรื่องไม่เพียงแต่กระทบต่อตัวบุคคลเท่านั้น ยังส่งผลสะเทือนไปถึงสังคม ประเทศชาติ แม้ในระดับโลกอีกด้วย ดังเช่นกรณีไข้หวัดนก เป็นต้น

คงจำกันได้ว่าในช่วงที่ไข้หวัดนกระบาดในสัตว์ปีก คนตื่นตระหนกกันไปในหลายประเทศถึงกับไม่ยอมกินสัตว์ปีก โดยเฉพาะไก่ เป็ด แม้กระทั่งไข่ซึ่งเป็นอาหารหลักประจำวัน ไม่เพียงแต่คนในประเทศที่มีไข้หวัดนกระบาดเท่านั้น แม้คู่ค้าต่างประเทศที่เคยสั่งผลิตภัณฑ์ไก่เข้าไป ก็งดการนำเข้า สร้างความเสียหายให้แก่ผู้เลี้ยงและผู้ส่งออกมากมาย

ความกลัวว่าโรคไข้หวัดนกจะระบาดอย่างกว้างขวาง ถึงกับสั่งให้ฆ่าไก่ ฆ่าเป็ด ในพื้นที่ที่มีการระบาดและพื้นที่ใกล้เคียง ไก่ เป็ดนับล้านๆ ตัวถูกฝังทั้งเป็นหรือไม่ก็ถูกเผาทั้งเป็น เป็นภาพที่น่าเอน็จอนาจใจยิ่งนัก

ความกลัวทำให้คนเห็นแก่ตัวอย่างร้ายกาจอย่างน่าสะพรึงกลัว

เมื่อหลายปีก่อนหลายคนคงจะจำได้ เพราะเป็นข่าวใหญ่พาดหัวในหน้าหนังสือพิมพ์ มีบริษัทค้าไก่รายใหญ่รายหนึ่งกลัวว่าไก่จะล้นตลาด จะทำให้ราคาตก จึงขนลูกไก่เจี๊ยบไปทิ้งกลางทะเล ลูกไก่นับแสนๆ ตัว (จำไม่ได้ว่านับล้านๆ ตัวหรือไม่) ลอยฟ่องอยู่กลางทะเลได้แค่อึดใจแล้วก็จมน้ำตาย ข่าวดังกล่าวเป็นที่น่าสลดหดหู่ใจแก่ผู้อ่าน

เมื่อไม่นานมานี้มีข่าวต่างประเทศออกทางโทรทัศน์ ญาติโยมมาเล่าให้ฟังว่า ที่ประเทศอิรักคนเหยียบกันตายนับพัน เหตุเพราะฝูงชนเรือนล้านพากันเดินทางไปประกอบพิธีกรรมทางศาสนา ขณะแออัดอยู่บนสะพานแห่งหนึ่ง มีผู้ปล่อยข่าวว่ามีระเบิดพลีชีพอยู่ข้างหน้า เท่านั้นเองผู้คนแตกตื่นกันราวฝูงผึ้งแตกรัง บ้างกระโดดลงน้ำ บ้างวิ่งหนีไม่คิดชีวิตเหยียบย่ำกันตายนับพันๆ คน เพราะตื่นตระหนกตกใจในข่าวลือ ได้ฟังแล้ว

ก็สลดสังเวช

ในช่วงที่โลกแบ่งเป็นค่ายคอมมิวนิสต์กับค่ายเสรีนิยม ทั้ง ๒ ฝ่ายต่างเป็นปฏิปักษ์ต่อกัน มุ่งทำร้ายทำลายกัน เป็นเหตุให้เกิดสงครามอย่างกว้างขวางในภูมิภาคต่างๆ ของโลก ทั้งสงครามร้อน สงครามเย็น และสงครามตัวแทน เป็นเหตุให้ผู้คนล้มตายกันเป็นจำนวนมาก สังคม เศรษฐกิจ และประเทศชาติ ในประเทศที่เกิดสงครามถูกทำลายเสียหายมากมายเหลือคณานับ **นี่เพราะความกลัว**

อคติอันเกิดจากความกลัว ทำให้เกิดการแบ่งฝักแบ่งฝ่าย แบ่งพรรคแบ่งพวก ทั้งในองค์กรเล็กเช่นครอบครัว ที่ทำงาน พรรคการเมือง ไปจนถึงสังคม ประเทศชาติและประชาคมโลก การจำแนกแยกแยะแบ่งเป็นฝ่ายเขาฝ่ายเรา นำไปสู่ความหวาดระแวง ความแตกแยก ความกลัว ถึงกับทำร้ายทำลายกัน ทั้งที่ลับและที่แจ้ง ก่อให้เกิดความไม่สงบสุขอยู่ทั่วไป

แม้มนุษย์จะมีศักยภาพ พัฒนาเทคโนโลยีให้รุดหน้าไปอย่างรวดเร็วสักเพียงใดก็ตาม หรือต่อให้ในอนาคตมนุษย์สามารถไปได้สุดขอบจักรวาล แต่ตราบใดที่มนุษย์ยังไม่พัฒนาจิตใจขจัดอคติความกลัวออกไปได้ จะหวังความสงบและสันติสุขให้เกิดขึ้นในองค์กร ในสังคม ในประเทศชาติ แม้ในประชาคมโลก ไม่ได้เลย

สรุป

โดยที่ปุถุชนส่วนใหญ่ยังมีอคติอยู่ใน ๔ เรื่องดังกล่าว คือ

ลำเอียงเพราะความรัก (ฉันทาคติ)

ลำเอียงเพราะความชัง (โทสาคติ)

ลำเอียงเพราะความไม่รู้ (โมหาคติ)

ลำเอียงเพราะความกลัว (ภยาคติ)

ความคิดของบุคคลจึงซ้ำซากอยู่ในโครงเรื่องเหล่านี้ หรือที่ผู้เขียนเรียกว่า เป็นนักแต่งนิยายน้ำเน่า อคติทำให้ความคิดผิดเพี้ยนไปจากความเป็นจริง หรือขาดความเที่ยงธรรม ซึ่งเป็นผลเสียต่อชีวิต บางเรื่องนำความเสียหายมาสู่ตนเอง ครอบครัว องค์กร สังคม ประเทศชาติ และประชาคมโลก ดังได้กล่าวมาแล้ว

ด้วยเหตุนี้การขจัดอคติที่มีอยู่ในจิตใจ จึงเป็นเรื่องสำคัญที่บุคคลควรฝึกหัดขัดเกลา เอากิเลสดังกล่าวออก แม้ไม่ได้หมด อย่างน้อยก็ให้เบาบางลง

เมื่อบุคคลปราศจากอคติแล้ว ความคิดเห็นในเรื่องต่างๆ ก็จะมีความเที่ยงธรรม หรือตรงกับความเป็นจริง การแต่งนิยายชีวิต แทนที่จะเป็นนิยายน้ำเน่าก็จะเป็น**นิยายชีวิตจริง**

นักแต่งนิยายชีวิตจริงจะแต่งอย่างไรนั้นจะได้กล่าวในเรื่องต่อไป.

นักแต่งนิยายชีวิตจริง

การคิดถึงสิ่งที่เป็นจริงในชีวิต ไม่ว่าจะเป็นเรื่องของอนาคต ปัจจุบันและอดีต เปรียบเสมือนการแต่งนิยายชีวิตจริง ซึ่งบุคคลควรฝึกคิดตามครรลองดังกล่าว เพราะจะเป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตอย่างยิ่ง

พระพุทธองค์ทรงสอนให้สาวกและพุทธบริษัท คิดถึงความเป็นจริงของชีวิตอยู่เนืองๆ แม้ยามใกล้ดับขันธ์ปรินิพพานยังทรงแสดงปัจฉิมโอวาทแก่ภิกษุทั้งหลายที่เฝ้าอยู่รายรอบว่า

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย บัดนี้เราขอเตือนท่านทั้งหลายว่า

(หันทะทานิ ภิกขะเว อามันตะยามิ โว)

สังขารทั้งหลายมีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา

(วะยะธัมมา สังขารา)

ท่านทั้งหลาย จงทำความไม่ประมาทให้ถึงพร้อมเถิด

(อัปปะมาเทนะ สัมปาเทถะ)

นี่เป็นวาจาครั้งสุดท้าย ของตถาคต

(อะยัง ตะถาคะตัสสะ ปัจฉิมา วาจา)

ความเสื่อมไปของสังขารทั้งหลาย ทั้งสิ่งมีชีวิต และไม่มีชีวิต นำมาซึ่งความเก่าแก่ ชำรุด ทรุดโทรม ให้เกิดขึ้นในทุกสรรพสิ่ง เป็นไปตามกฎไตรลักษณ์ ที่ว่าสิ่งทั้งหลาย เปลี่ยนอยู่ตลอดเวลา (อนิจจัง) ทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ (ทุกขัง) บังคับ (ให้อยู่อย่างเดิม) ไม่ได้ดังปรารถนา (อนัตตา) เป็นสัจจธรรมที่มีมาคู่โลกไม่แปรผัน

การพิจารณาสิ่งทั้งหลายตามหลักไตรลักษณ์จะช่วยให้เราคิดอยู่บนฐานของความเป็นจริงไม่ผิดพลาด ถ้าเป็นเรื่องเกี่ยวกับชีวิตก็เป็นการแต่งนิยายชีวิตจริง

พระพุทธองค์ทรงแสดงธัมมุทเทศไว้ มีหลักธรรม ๔ ประการ ซึ่งตรงกับความเป็นจริงของสัตว์โลกทุกยุคทุกสมัย ความว่า:-

โลกคือหมู่สัตว์อันชราต้อนไปอยู่ *(อุปะนียะติ โลโก)*

เป็นผู้ไม่ยั่งยืน *(อัทธุโว)*

โลกไม่มีผู้ต่อต้าน *(อตาโนโลโก)*

ไม่มีผู้เป็นใหญ่ *(อะนะภิสสะโร)*

โลกไม่มีสิ่งเป็นของ ๆ ตน *(อัสสะโก โลโก)*

จำต้องละทิ้งสิ่งทั้งหลาย ทั้งสิ้นไป *(สัพพัง ปะหายะ คะมะนียัง)*

โลกยังพร่องอยู่ *(อูโณโลโก)*

เป็นผู้ยังไม่อิ่ม ไม่เบื่อ *(อะติตโต)*

จึงต้องเป็นทาสแห่งตัณหา *(ตัณหา ทาโส)*

อนึ่ง คำว่า โลก หมายถึง สัตว์โลก คือ ผู้ที่ยังเวียนว่ายตายเกิดอยู่ รวมถึงมนุษย์ด้วย พุทธพจน์บทนี้กล่าวถึงสัตว์โลกเดินทางไปสู่ความชรา และความตาย ไม่มีใครต่อต้านและเป็นใหญ่เหนือความตายได้

สัตว์โลกไม่มีสมบัติเป็นของๆ ตน ที่มีอยู่ล้วนเป็นสมบัติของโลก เมื่อตายไปต้องทิ้งสมบัติวัตถุไว้กับโลก

สัตว์โลกยังพร่องอยู่ เพราะมีความต้องการไม่สิ้นสุด ไม่อิ่ม ไม่เบื่อ เป็นทาสของตัณหา

นอกจากนี้พระพุทธองค์ยังทรงสอนให้พิจารณาสิ่งที่เป็นจริงทุกๆ วัน ดังปรากฏในบทสวด อภิณหะปัจจะเวกขณะ ว่า

เรามีความแก่เป็นธรรมดา จะล่วงพ้นความแก่ไปไม่ได้

(ชะราธัมโมมหิ ชะรัง อนะตีโต)

เรามีความความเจ็บไข้เป็นธรรมดา จะล่วงพ้นความเจ็บไข้ไปไม่ได้

(พะยาธิธัมโมมหิ พยาธิง อะนะตีโต)

เรามีความตายเป็นธรรมดา จะล่วงพ้นความตายไปไม่ได้

(มะระณะธัมโมมหิ มะระณัง อะนะตีโต)

เราจะละเว้นเป็นต่างๆ คือว่าจะต้องพลัดพรากจากของรักของเจริญใจทั้งสิ้นไป

(สัพเพหิ เม ปิเยหิ มะนาเปหิ นานาภาโว วินาภาโว)

เรามีกรรมเป็นของๆ ตน

(กัมมัสสะโกมหิ)

มีกรรมเป็นผู้ให้ผล (เราเป็นผู้รับผลของกรรม)

(กัมมะทายาโท)

มีกรรมเป็นแดนเกิด (มีกรรมนำมาเกิด)

(กัมมะโยนิ)

มีกรรมเป็นผู้ติดตาม (มีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์)

(กัมมะพันธุ)

มีกรรมเป็นที่พึ่งอาศัย

(กัมมะปฏิสะระโณ)

เราจะทำกรรมอันใดไว้

(ยัง กัมมัง กะริสสามิ)

เป็นบุญหรือเป็นบาป

(กัลยาณัง วา ปาปะกัง วา)

เราจะเป็นทายาท คือว่าจะต้องได้รับผลของกรรมนั้นสืบไป

(ตัสสะทายาโท ภวิสสามิ)

เราทั้งหลายควรพิจารณาอย่างนี้ทุกวัน ทุกวัน เถิด

(เอวัง อัมเหหิ อะภิณหัง ปัจจะเวก ขิตัพพัง)

การคิดพิจารณาความเป็นจริงตามบทสวดดังกล่าวทุกๆ วัน จะเป็นข้อเตือนใจให้บุคคลอยู่กับความจริงของชีวิต เตรียมใจที่จะรับสิ่งที่จะเกิดขึ้นในอนาคต ซึ่งทุกคนต้องเผชิญไม่วันใดก็วันหนึ่ง ไม่ว่าจะเป็นความแก่ (ความจริงแก่ลงทุกวินาที) ความเจ็บไข้ แม้ความตาย ตลอดจนความพลัดพรากจากสิ่งที่สัมผัสสัมพันธ์หรือครอบครองอยู่ ไม่ว่าสิ่งนั้นจะเป็นสิ่งมีชีวิตหรือไม่มีชีวิตก็ตาม

อย่าไปคิดเพียงแต่ว่าเราต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตาย ต้องพลัดพรากจากของรัก เท่านั้น ให้คิดต่อไปให้ละเอียด เมื่อเราแก่ เราเจ็บ เราจะเป็นอย่างไร โดยดูตัวอย่างจากคนแก่ คนเจ็บ มาเป็นข้อเตือนใจ คนแก่บางคนเดินไม่ได้ หูตาฝ้าฟาง หลงลืม เลอะเลือน บางคนแก่เกินวัยเพราะไม่รักษาสุขภาพ คนเจ็บป่วย บางคนเป็นโรคต่างๆ เช่น โรคหัวใจ มะเร็ง เกาต์ ความ

ดัน เบาหวาน ฯลฯ เราเห็นแล้วควรหาทางป้องกัน

ความแก่นั้นเป็นไปตามวัยสังขาร แต่ถ้ารักษาสุขภาพดี ย่อมแก่อย่างมีคุณภาพ

ความเจ็บก็เช่นเดียวกัน ถ้ารักษาสุขภาพให้ดี โรคร้ายแรงก็อาจจะไม่เป็น

ความตายเป็นสิ่งที่ไม่อาจเลี่ยงได้ แต่ตายอย่างไรไม่ขาดทุน ได้กลับมาเกิดในสุคติภูมิอีก เป็นเรื่องที่ต้องศึกษาเช่นกัน

ความพลัดพรากก็เป็นของธรรมดา แต่เมื่อพลัดพรากแล้วทำอย่างไรจะไม่ทุกข์ นี่ก็ต้องรู้จักฝึกใจทำใจ

การเตรียมตัวเตรียมใจพร้อมที่เผชิญกับสิ่งเหล่านี้ นอกจากจะเป็นการไม่ประมาทแล้ว ยังช่วยให้มีสติและกำลังใจตั้งมั่น เมื่อต้องเผชิญกับสิ่งดังกล่าว ถึงแม้จะเสียใจบ้างตามวิสัยปุถุชน แต่ก็ตัดใจวางใจได้เร็ว ไม่ทุกข์โทมนัส ร้องไห้คร่ำครวญ ราวกับคนขาดสติ เหมือนดังผู้ที่ไม่เคยเตรียมใจรอรับสิ่งเหล่านี้ เพราะมีชีวิตอยู่อย่างประมาท หลงมัวเมาในสิ่งที่ได้ ที่มีที่เป็น

มีธรรมเนียมประเพณีของหลายชาติหลายภาษา แม้การสอนจิตวิทยาทางตะวันตกก็เช่นกันสอนว่าไม่ควรคิดถึงสิ่งที่จะเกิดขึ้นในทางไม่ดี ทำให้ใจเศร้าหมอง บางประเพณีหรือบางลัทธิความเชื่อถือ ถึงกับว่าเป็นการแช่งตัวเอง เดี๋ยวจะเป็นอย่างนั้นจริงๆ ให้คิดถึงแต่สิ่งดีๆ จะได้มีความสุข และสิ่งดีๆ จะได้เกิดขึ้นจริงๆ ในชีวิต

คำสอนหรือความเชื่อดังกล่าว ผิดจากความเป็นจริง มีใครบ้างไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตาย ไม่พลัดพรากจากของรัก

คำอวยพรที่ว่าขอให้อายุยืนหมื่นๆ ปี อย่างหนังจีนกำลังภายในที่อวยพรฮ่องเต้ ฟังดูแล้วน่าขำ อย่าว่าแต่หมื่นๆ ปีเลย เอาแค่ร้อยปีก็ไปไม่

รอดอยู่แล้ว

บุคคลไม่ควรจะหลอกตัวเองไปวันๆ ในสิ่งที่ไม่เป็นจริง เป็นเรื่องเพ้อฝันยิ่งกว่านิยายน้ำเน่าเสียอีก

การคิดถึงความตายหรือการเจริญมรณานุสติ มีคุณมาก มีอานิสงส์มาก

เมื่อพระพุทธองค์ทรงแสดงธรรมในเรื่อง**ปฐมมรณัสสติสูตร**ว่าด้วยมรณานุสติที่มีผลมาก ในพรรษาที่ ๔๔ ก่อนดับขันธ์ปรินิพพาน ๑ พรรษา ทรงตรัสถามสาวกรูปหนึ่งว่า เธอเจริญมรณานุสติอย่างไร

สาวกรูปนั้นตอบว่า ข้าพระพุทธองค์คิดว่าเราพึงมีชีวิตอยู่ได้เพียงคืนหนึ่ง วันหนึ่ง

พระพุทธองค์ตรัสว่า นั่นยังประมาทอยู่ ตรัสถามอีกรูปว่าเธอเจริญมรณานุสติอย่างไร

สาวกรูปนั้นตอบว่า ข้าพระพุทธองค์คิดว่าเราพึงมีชีวิตอยู่ได้เพียงฉันอาหารได้มื้อหนึ่ง

พระพุทธองค์ตรัสว่า นั่นก็ยังประมาทอยู่ ตรัสถามสาวกอีกรูปว่า เธอเล่าเจริญมรณานุสติอย่างไร

สาวกรูปนั้นตอบว่า ข้าพระพุทธองค์คิดว่า เราพึงมีชีวิตอยู่ได้เพียงชั่วขณะเคี้ยวข้าวคำหนึ่ง

พระพุทธองค์ตรัสว่านั่นก็ยังประมาทอยู่

ทรงตรัสกับภิกษุทั้งหลายว่า ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เธอพึงศึกษาอย่างนี้ว่า เราพึงอยู่ได้ชั่วขณะหายใจเข้า แล้วหายใจออก หรือหายใจออกแล้วหายใจเข้า ภิกษุเช่นนี้กล่าวได้ว่าไม่ประมาท

ชีวิตอยู่ได้ด้วยลมหายใจ หายใจเข้า แล้วไม่หายใจออกหรือหายใจ

ออกแล้วไม่ได้หายใจเข้า ก็ตายทันที มีผู้ตายโดยกระทันหันอยู่มากมาย บ้างหัวใจวาย บ้างได้รับอุบัติเหตุต่างๆ นานา ผู้ตายเหล่านี้ไม่มีเวลาตั้งตัวทั้งนั้น เพราะไม่ได้เตรียมตัวมาก่อน

เมื่อตายไป (ร่างกายแตกดับ) จิตใจก็จะออกจากร่างกายไปเกิดใหม่ จะเกิดดี (สุคติภูมิ) เป็นมนุษย์ เทวดา (มี ๖ ชั้น) พรหม (มี ๒๐ ชั้น) หรือเกิดไม่ดี (ทุคติภูมิหรืออบายภูมิ) เป็นสัตว์นรก เปรต อสุรกาย สัตว์เดรัจฉาน ขึ้นอยู่กับอารมณ์ของจิตในวาระสุดท้าย*

พระพุทธองค์ตรัสว่าถ้าจิตเศร้าหมองมีทุคติเป็นที่หมาย ถ้าจิตผ่องใสมีสุคติเป็นที่หมาย

ผู้ที่ไม่ฝึกเจริญมรณานุสติ หรือคิดถึงความตายเพื่อเตรียมตัวเตรียมใจพร้อมจะเผชิญความตายได้ทุกขณะ ย่อมยากที่จะวางใจให้อยู่ในอารมณ์ผ่องใสได้ เมื่อวาระสุดท้ายของชีวิตมาถึง

คนที่ไม่ได้ฝึกใจไว้เวลาตายมักจะห่วงโน่นห่วงนี่ เช่น ห่วงบุคคลที่ตนรัก ห่วงทรัพย์สมบัติ ห่วงหน้าที่การงาน หรือกลัวในเรื่องต่างๆ หรือเจ็บปวดกับโรคภัยไข้เจ็บ หรือขุ่นเคือง โกรธ ในเรื่องต่างๆ หรือหดหู่ ซึมเซาสิ้นหวัง อารมณ์เหล่านี้ล้วนเป็นอารมณ์เศร้าหมอง นำพาชีวิตไปเกิดในอบายภูมิ

การที่จะได้มีโอกาสกลับมาเกิดในสุคติภูมิเป็นมนุษย์อีกจึงมีน้อยมาก ดังเช่นพระพุทธองค์ตรัสกับพระอานนท์ว่า

ผู้ที่กลับมาเกิดในสุคติภูมิ เปรียบได้กับ**เขาโค**

ผู้ที่ไปเกิดในอบายภูมิเปรียบได้กับ**ขนโค**

** หากต้องการศึกษาเรื่องนี้เพิ่มอ่านได้จากเรื่อง* ***กรรมและการเวียนว่ายตายเกิด*** *ของผู้เขียน*

ลองคิดดูว่าหากเราจะตายเวลานี้เราจะทำใจอย่างไร จะห่วงหาอาลัยบุคคล ทรัพย์สมบัติ หน้าที่การงานหรือไม่ จะกลัวตายหรือไม่ จะโกรธเกลียด เคียดแค้น ใครหรือไม่ จะกลัวการเดินทางของชีวิตในขณะจิตออกจากร่างหรือไม่ จะทำอย่างไรถ้าเจ็บปวดเพราะโรคภัยไข้เจ็บ ลองสมมุติดู ลองฝึกดู

บางคนบอกว่าทำใจได้รับรองใจไม่เศร้าหมอง แต่ในชีวิตประจำวันก็ยังห่วงคนโน้นห่วงคนนี้ ห่วงทรัพย์สมบัติสิ่งนั้นสิ่งนี้อยู่ นี่หรือที่บอกว่าทำใจได้

การฝึกต้องฝึกจากของจริงที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน ทำปัจจุบันให้ได้แม้ไม่ได้ทั้งหมดแต่ให้มีสติเท่าทันตัดใจละได้ในวาระสุดท้ายที่มาถึง

ผู้ที่จะคุมจิตให้อยู่ในความผ่องใส ยามสิ้นใจ หากไม่มีนิสัยทางนี้หรือไม่ฝึกซ้อมไว้ จะหวังไปทำเอาตอนวินาทีวิกฤตของชีวิต เป็นสิ่งที่เป็นไปได้ยากยิ่ง

ผู้ที่ไม่ชอบสวดมนต์จะบอกให้สวดมนต์เพื่อให้จิตสงบเกาะอยู่กับบุญกุศล จะทำอย่างไร

ผู้ที่ไม่เคยฝึกสมาธิจะบอกให้ทำใจให้สงบ จะทำได้อย่างไร

ผู้ที่ไม่สนใจทำบุญ จะบอกให้คิดถึงบุญกุศลที่เคยทำไว้ ด้วยใจอิ่มเอิบเบิกบาน จะคิดได้อย่างไร

ผู้ที่ไม่ฝึกละวางในของรักของหวง จะบอกให้ละวางไม่ต้องห่วงสิ่งต่างๆ จะทำได้อย่างไร เหล่านี้เป็นต้น

การฝึกซ้อมหรือทำให้เป็นนิสัยในชีวิตประจำวัน จะทำให้จิตคุ้นเคย มีกำลัง มีสติรู้ตัว ซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อชีวิตมาก ทั้งในการดำเนินชีวิตปัจจุบัน และในวาระสุดท้ายที่ต้องละสังขารไป

ในพรรษาที่ ๑๖ ของพระพุทธองค์ ทรงจำพรรษาอยู่ที่เมืองอาฬวี วันหนึ่งทรงแสดงธรรมให้ชนทั้งหลายหมั่นเจริญมรณานุสติ มีดรุณีนางหนึ่งเธอเป็น**ธิดาช่างทอหูก** นั่งฟังด้วยความสนใจ ซาบซึ้งในเนื้อหาธรรมรสที่พระพุทธองค์ทรงแสดง จากวันนั้นมาเธอก็หมั่นเจริญมรณานุสติอยู่เป็นนิจ

ครั้นพรรษาที่ ๑๘ พระพุทธองค์ทรงทราบด้วยญาณว่า ถึงวาระที่ธิดาช่างทอหูกจะมีดวงตาเห็นธรรม จึงเสด็จกลับมายังเมืองอาฬวีเพื่อโปรดนาง เมื่อธิดาช่างทอหูกทราบว่าพระพุทธองค์เสด็จมาจะแสดงธรรม วันนั้นนางรีบทำงานที่มีอยู่ให้เสร็จ หมายจะไปฟังธรรม แต่ก่อนที่นางจะออกจากบ้านบิดากลับใช้ให้นางทอหูกอีก นางจึงเร่งทอหูกให้แล้วเสร็จโดยเร็ว

พระพุทธองค์ประทับอยู่ท่ามกลางพุทธบริษัทที่พากันมาฟังธรรมล้นหลาม เวลาผ่านไปพอควร พระพุทธองค์ก็ยังไม่แสดงธรรม ผู้มารอฟังธรรมต่างแปลกใจว่า เหตุใฉนพระพุทธองค์จึงยังไม่แสดงธรรม

จนกระทั่งธิดาช่างทอหูกเดินทางมาถึงอย่างร้อนรน เธอรีบหาที่นั่งด้านหน้า เพื่อที่จะฟังธรรมให้ได้ยินถนัดชัดเจน เมื่อเธอนั่งลงเรียบร้อยพระพุทธองค์จึงเริ่มแสดงธรรม ตรัสถามเธอว่า

ดูก่อนกุมารี ***เธอมาจากไหน***

นางตอบว่า *หม่อมฉัน**ไม่ทราบ**พระเจ้าค่ะ*

ตรัสถามต่อไปว่า ***เธอจะไปไหน***

นางตอบว่า *หม่อมฉัน**ไม่ทราบ**พระเจ้าค่ะ*

ตรัสย้ำถามว่า ***เธอไม่ทราบหรือ***

นางตอบว่า *หม่อมฉัน**ทราบ**พระเจ้าค่ะ*

ตรัสย้ำถามอีกว่า ***เธอทราบหรือ***

นางกลับตอบว่า *หม่อมฉัน**ไม่ทราบ**พระเจ้าค่ะ*

คำตอบของนางยอกย้อนทำให้ผู้ฟังเกิดความไม่พอใจ เห็นว่านาง

ไม่เคารพในพระพุทธองค์ ตอบเล่นสำนวนกวนประสาท จึงส่งเสียงพึมพำแสดงความไม่พอใจต่อนาง

พระพุทธองค์จึงตรัสกับนางอีกว่า

ดูก่อนกุมารี เหตุใดเธอจึงตอบคำถามของตถาคตเช่นนั้น

นางตอบด้วยความนอบน้อมว่า

*ที่พระพุทธองค์ทรงถามหม่อมฉันว่า**เธอมาจากไหน** หม่อมฉันทูลตอบว่า**ไม่ทราบ** เป็นเพราะหม่อมฉันคิดว่าทรงถามถึงอดีตชาติของหม่อมฉันว่า ก่อนที่หม่อมฉันจะเกิดมาชาตินี้หม่อมฉันเป็นใคร หม่อมฉันจึงทูลตอบว่า**ไม่ทราบ**พระเจ้าค่ะ*

ที่ทรงถามหม่อมฉันว่า **เธอจะไปไหน** หม่อมฉันคิดว่าทรงถามถึงอนาคตว่าเมื่อหม่อมฉันมรณะไปแล้ว หม่อมฉันจะไปเกิดที่ไหน มีชาติกำเนิดอย่างใด หม่อมฉันจึงทูลตอบว่า **ไม่ทราบ**พระเจ้าค่ะ

*ที่ทรงถามหม่อมฉันว่า **เธอไม่ทราบหรือ** หม่อมฉันคิดว่าทรงถามว่าไม่ทราบความตายของชีวิตหรือ หม่อมฉันทูลตอบว่า**ทราบ** ด้วยเหตุว่าหม่อมฉันทราบว่าชีวิตมีความตายเป็นที่สุด วันหนึ่งหม่อมฉันก็จะต้องตายพระเจ้าค่ะ*

*ที่ทรงถามหม่อมฉันว่า **เธอทราบหรือ** หม่อมฉันคิดว่า ทรงถามว่าทราบวันตายสถานที่ตายหรือ หม่อมฉันจึงทูลตอบว่า **ไม่ทราบ**พระเจ้าค่ะ*

เมื่อนางกล่าวจบพระพุทธองค์ตรัสสรรเสริญนางและตรัสว่า มนุษย์ในโลกน้อยคนนักที่จะเห็นแจ้ง น้อยคนนักที่จะไปสู่สวรรค์ ดุจนกติดข่าย น้อยตัวนักที่จะหลุดจากข่าย

วันนั้นนางได้ฟังธรรมของพระพุทธองค์มีดวงตาเห็นธรรม ได้บรรลุอริยธรรมขั้น**พระโสดาบัน** นางรีบกลับบ้านนำตะกร้าทอหูกที่ถือมาด้วยไปให้บิดา บิดาโกรธที่เห็นนางมาช้าจึงเอากระสวยด้ายขว้างใส่นาง กระสวย

ด้ายพุ่งไปด้วยความเร็วปักท้องของนาง เป็นเหตุให้นางเสียชีวิตทันที

ด้วยใจที่จดจ่ออยู่กับการเจริญมรณานุสติ นำพาให้นางไปเกิดในสวรรค์ชั้นดุสิต

กรณีของนางกุมารีธิดาช่างทอหูก เป็นกรณีที่น่าสนใจ เหตุที่นางตีความหมายคำถามของพระพุทธองค์ไปในทางเกี่ยวกับความตายทั้งหมด ก็เพราะนางคิดถึงความตายอยู่เนืองๆ ด้วยหตุนี้นางจึงตอบคำถามไปในเรื่องความตาย

จากผลที่นางฝึกพิจารณาความตาย ฝึกปล่อยวางสิ่งทั้งหลายทั้งปวง จึงมีใจอาจหาญไม่หวั่นไหวเมื่อเผชิญหน้าความตาย ในวาระสุดท้ายของชีวิตนางจึงมีสติคุมจิตให้อยู่ในอารมณ์ที่ผ่องใสได้ เป็นผลให้นางเกิดในสุคติภูมิ

จากกุศลผลบุญที่นางได้ทำไว้ รวมถึงการได้ฟังพระสัทธรรมจากพระพุทธองค์ถึงสองครั้งด้วยความดื่มด่ำประทับใจ และเห็นจริงตามธรรมที่พระพุทธองค์ทรงแสดง อานิสงส์ของผลบุญจึงนำนางไปสู่สวรรค์ชั้นดุสิต อันเป็นสวรรค์ชั้นที่ ๔ ใน ๖ ชั้น นับว่านางมีคติที่ไปที่สูงส่ง

การคิดถึงความเป็นจริงตามแนวทางพุทธศาสนา มีหลักคิดอีกหลายวิธี ในที่นี้ขอเสนอแนวคิดเกี่ยวกับเรื่อง**อนาคต ปัจจุบัน และอดีต**ไว้เป็นแนวทางการพิจารณาดังนี้

๑.เรื่องอนาคตให้คิดถึงความไม่แน่นอน

หากปัจจุบันอาชีพการงานหรือความเป็นอยู่ของเราอยู่ในเกณฑ์ดี ทำให้เรามีความพึงพอใจ เป็นสุข อยากให้สถานะเช่นนี้ดำรงอยู่ต่อไปหรือให้ดีกว่านี้หากคิดคาดหวังเช่นนี้วันหน้าเกิดสถานการณ์เปลี่ยนไปในทางไม่ดี เราก็ผิดหวังทุกข์ใจ

ควรคิดว่าวันข้างหน้าไม่แน่นอน การงานของเราอาจจะไม่ดีเช่นปัจจุบัน หากทำธุรกิจต้องเผื่อไว้ว่าธุรกิจจะตกลง รายได้จะลดลง หากมีอาชีพรับราชการ รัฐวิสาหกิจ ธุรกิจเอกชน ต้องคิดว่าอาจจะมีการเปลี่ยนแปลงโยกย้ายไปในหน้าที่ที่เราไม่ยินดี หรืออาจจะมีการเปลี่ยนตัวผู้บังคับบัญชา ตลอดจนผู้ใต้บังคับบัญชา ทำให้การทำงานของเรามีอุปสรรคไม่ราบรื่นเหมือนก่อน

การมองอนาคตว่าไม่แน่นอน หรือเป็นไปในทางลบ เพื่อว่าเราจะได้เตรียมตัวเตรียมใจรับกับสิ่งที่จะเกิดขึ้น รวมทั้งหาทางป้องกันไม่ให้สิ่งที่ไม่พึงประสงค์เกิดขึ้น หรือเมื่อเกิดขึ้นจริงก็จะหาวิธีแก้ไขปัญหาดังกล่าวได้อย่างทันการณ์ เป็นต้นว่า

ถ้าทำธุรกิจส่วนตัว การที่จะรักษาความเจริญเติบโตของธุรกิจเอาไว้และให้เพิ่มพูนยิ่งขึ้นในท่ามกลางปัจจัยแวดล้อมต่างๆ ที่มีการแข่งขันสูง ราคาน้ำมัน วัตถุดิบไม่คงที่ พฤติกรรมผู้บริโภคเปลี่ยนไปเร็ว เป็นเรื่องที่ยากยิ่ง

เมื่อเราคิดว่าอนาคตธุรกิจจะถดถอยลง ก็มาวิเคราะห์ว่าจะมีปัจจัยใดบ้างที่ทำให้ธุรกิจถดถอย ถ้าเป็นเรื่องพฤติกรรมผู้บริโภค ควรดูว่าองค์กรของเรามีเครื่องมือในการติดตามพฤติกรรมผู้บริโภคหรือไม่ เป็นต้นว่าหน่วยงานสำรวจวิจัยพฤติกรรมผู้บริโภค ถ้ายังไม่มีควรจะสร้างเครื่องมือนี้ขึ้นมา

หากเห็นว่าปัจจัยด้านบุคลากรขององค์กรยังเป็นจุดที่ไม่น่าวางใจ เพราะมีสถิติการลาออกค่อนข้างสูง ศักยภาพของพนักงานยังไม่สูงเท่าที่ควร ขวัญและกำลังใจยังไม่สู้จะดีนัก เมื่อเป็นเช่นนี้ ก็ให้หันมาพัฒนาทรัพยากรบุคคล แก้ไขจุดอ่อนเสริมสร้างจุดแข็ง

หากเห็นว่าเรื่องวัตถุดิบมีแนวโน้มสูงขึ้นเรื่อยๆ อันมีสาเหตุมาจากราคาน้ำมัน ซึ่งปัจจัยดังกล่าวเป็นปัจจัยภายนอกที่เราควบคุมไม่ได้ เมื่อ

วัตถุดิบมีแนวโน้มสูงขึ้น ย่อมส่งผลกระทบทำให้ต้นทุนสูงขึ้นด้วย แต่เราไม่สามารถขยับราคาสินค้าและบริการให้สูงขึ้นตามสัดส่วนของต้นทุน เพราะจะทำให้เสียลูกค้า เนื่องจากเรามีคู่แข่ง ซึ่งยังยืนราคาเดิมอยู่ เมื่อเป็นเช่นนี้ก็เตรียมการหาทางลดต้นทุน โดยเพิ่มประสิทธิภาพในการผลิตให้สูงขึ้น ลดการสูญเสีย ปรับปรุงระบบงานให้คล่องตัว ลดขั้นตอนลง เพิ่มศักยภาพของพนักงาน เหล่านี้จะช่วยลดต้นทุนลงได้ เป็นต้น

จะเห็นได้ว่าผลจากการมองอนาคตในทางลบไว้ก่อน ช่วยให้เกิดความระมัดระวัง มีการเตรียมการ สร้างมาตรการต่างๆ เพื่อเสริมสร้างให้องค์กรมีความเข้มแข็ง ดีกว่ามองอะไรในแง่ดีไปหมด เช่น ที่เป็นอยู่นี้ก็ดีอยู่แล้ว องค์กรของเรายังได้รับความเชื่อถือจากลูกค้า สินค้าและบริการของเราก็เหนือกว่าคู่แข่ง เห็นอะไรก็ดีๆ ไปหมดทำให้ชะล่าใจ ไม่มีการพัฒนาเท่ากับเป็นการหยุดอยู่กับที่ แต่โลกไม่หยุดนิ่ง คู่แข่งไม่หยุดการพัฒนา ลูกค้าไม่ชอบสิ่งจำเจซ้ำซาก การหยุดอยู่กับที่จึงเหมือนกับการถอยหลังเข้าคลอง

หากเป็นเรื่องส่วนตัวบุคคล มองอนาคตว่าอาจจะเกิดการเปลี่ยนแปลงต่อตำแหน่งหน้าที่ของตน ก็จะได้เตรียมตัวเตรียมใจ และหาทางป้องกันแก้ไขแต่เนิ่นๆ โดยหันมาสำรวจตนอย่างไม่เข้าข้างตัวเองว่า เรามีจุดอ่อนตรงไหน จุดแข็งตรงไหน

โดยธรรมชาติทุกคนมีทั้งข้อดีและข้อเสีย ไม่มีใครที่ดีไปหมดทุกอย่าง แต่บุคคลมองเห็นข้อดีของตัวเองง่าย มองหาข้อเสียของตัวเองยาก ยิ่งคนที่มีความสามารถประสบความสำเร็จในหน้าที่การงาน มีตำแหน่งเงินเดือนสูง ยิ่งมองแทบจะไม่เห็นข้อเสียของตน

วิธีการสำรวจตัวเองมีหลายวิธี ประเด็นที่จะประเมินผลตัวเองก็มีหลายประเด็น หรือหลายปัจจัย เป็นต้นว่าปัจจัยด้านลักษณะผู้นำ (ถ้าเราเป็นหัวหน้า ลองพิจารณาดูว่าลักษณะของหัวหน้าที่ดี ที่ลูกน้อง ผู้บังคับ

บัญชาที่สูงขึ้นและองค์กรต้องการมีอะไรบ้าง เป็นต้นว่า

ด้านงานที่ทำ: มีความรอบรู้ในเรื่องงานที่ทำดี(ไม่ถึงกับต้องเชี่ยวชาญก็ได้ เพราะงานบางอย่างไม่ต้องลงมือทำเอง)

เป็นผู้ที่มีการวางแผน ไม่ใช่นึกอยากจะทำอะไรก็ทำก็สั่ง บางทีงานที่ยังไม่ควรทำก็สั่งให้ทำ งานที่ควรทำก่อนกลับไม่สั่งให้ทำ

มีวิสัยทัศน์มองการณ์ไกลถึงแนวโน้มในอนาคต ที่จะมีผลต่องานและองค์กร เป็นผู้ที่สามารถแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นได้อย่างถูกต้อง เพราะงานที่ลูกน้องทำบางครั้งมีปัญหาเกิดขึ้น ลูกน้องแก้เองไม่ได้ หัวหน้าควรเข้าไปแก้ปัญหาให้

ด้านบุคลิกภาพ: มีความหนักแน่น ไม่หูเบา ไม่เจ้าอารมณ์ ไม่เอาแต่ใจตัว ใช้คำพูดให้เหมาะสมกับตำแหน่งหน้าที่ ไม่พูดโกหก ไม่พูดคำหยาบ ไม่พูดส่อเสียด ไม่พูดเพ้อเจ้อ พูดในสิ่งที่สร้างสรรค์ จูงใจ

ไม่แสดงกิริยามารยาทที่ก้าวร้าว ข่มขู่ หยาบคาย ดูหมิ่นเหยียดหยามผู้ใต้บังคับบัญชา

มีมนุษย์สัมพันธ์ มีท่าทีเป็นมิตรกับคนทั่วไป ให้ความร่วมมือกับทุกฝ่าย

ด้านวินัย: เป็นคนตรงต่อเวลา ไม่มาทำงานสาย ไม่กลับก่อนเวลา มีความซื่อสัตย์สุจริต ทั้งในที่ลับและที่แจ้ง ปฏิบัติตามระเบียบข้อบังคับขององค์กร และควบคุมงานในหน่วยงานให้เป็นไปตามระเบียบข้อบังคับ ฯลฯ

ด้านภาวะผู้นำ: สร้างแรงจูงใจและสร้างความศรัทธาต่อลูกน้อง ทำให้ลูกน้องมีท่าทีเคารพ ศรัทธา ทั้งต่อหน้าและลับหลัง มีความเสียสละทุ่มเทให้กับงาน มีความเที่ยงธรรม ไม่เล่นพวก มีการควบคุมงาน ติดตามประเมินผล และพัฒนาผู้ใต้บังคับบัญชา

ฯลฯ

คุณสมบัติต่างๆ ดังกล่าวลองแจกแจงออกมาดู โดยอาจจะให้หลายๆ คนช่วยกันคิดก็ได้ เมื่อได้รายละเอียดมาเป็นที่น่าพอใจแล้ว คราวนี้นำมาประเมินผลตัวเองอย่างตรงไปตรงมา ไม่เพียงแต่เท่านั้นควรให้ผู้บังคับบัญชา เพื่อนร่วมงาน และผู้ใต้บังคับบัญชาของตน ช่วยประเมินผลด้วยและนำผลที่ได้มาสรุป ก็จะเห็นจุดอ่อน จุดแข็งของตนได้ชัดเจนขึ้น ดีกว่าคิดเข้าข้างตัวเอง

จุดอ่อนเป็นเรื่องที่จะต้องแก้ไข จุดแข็งต้องรักษาไว้และพัฒนาให้ดียิ่งๆ ขึ้นไป

หากมีการพัฒนาตนได้ เชื่อว่าจะช่วยให้เป็นผู้ที่มีความมั่นคง แม้จะมีการเปลี่ยนแปลงในหน้าที่การงานและผู้ร่วมงานในอนาคต ก็จะสามารถยืนหยัดอยู่ได้อย่างสง่างาม

หลักการมองสิ่งที่จะเกิดขึ้นในอนาคตว่าเป็นของไม่แน่นอน อาจจะเปลี่ยนไปในทางที่ไม่ดีจากที่เป็นอยู่ดังกล่าว สามารถนำไปใช้กับเรื่องต่างๆ ได้ทุกเรื่อง ทั้งเรื่องครอบครัว บุคคลที่เราสัมพันธ์ด้วย ชีวิตส่วนตัว สุขภาพ และอื่นๆ แม้ว่ามุมมองดังกล่าวเมื่อวันเวลา ๒-๓ ปีข้างหน้ามาถึง ไม่เป็นไปอย่างที่คิดไว้กลับดีขึ้นกว่าเดิมก็ไม่เป็นไร ดีขึ้นก็ดีแล้ว แต่อีก ๕,๑๐,๒๐ ปีข้างหน้าเล่า จะดีอย่างนี้หรือ

สิ่งต่างๆ ในชีวิตจะดีขึ้นทุกปี ดีขึ้นเรื่อยๆ เหมือนกราฟที่ทะยานพุ่งขึ้น โดยไม่มีวันตกหรือ เป็นไปได้อย่างไร

มีขึ้นได้ก็มีตกได้ ถ้าไม่เตรียมตัวเตรียมใจไว้ตอนกราฟชีวิตตก อย่าตกใจจนขาดสติก็แล้วกัน

ในทางตรงข้าม หากชีวิตความเป็นอยู่ของบุคคลเผชิญอยู่กับปัญหาอุปสรรค มีความทุกข์ การคิดถึงอนาคต ในมุมคิดที่ว่า**ไม่แน่นอน**นั้น ให้ปรับเปลี่ยนมาคิดว่าสิ่งทั้งหลายเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา ปัญหา อุปสรรค

และความทุกข์ ที่เผชิญอยู่ขณะนี้ วันข้างหน้าอาจจะดีขึ้น ทุกอย่างมีทาง แก้ไขได้ ปรับเปลี่ยนพัฒนาได้

คิดเช่นนี้จะสร้างความหวังและแรงบันดาลใจ ในการต่อสู้เอาชนะปัญหาอุปสรรค ซึ่งไม่เพียงแต่คิดอย่างเดียว ต้องลงมือแก้ไข ปรับปรุง พัฒนาจุดอ่อนอันเป็นสาเหตุของปัญหาและทุกข์ที่มีอยู่

ให้มีความเพียรมุ่งมั่นในการแก้ไขปรับปรุงอย่างไม่ย่อท้อ โดยทุ่มเทแรงกายแรงใจ อดทนต่อความยากลำบากและการรอคอย วันข้างหน้าก็จะประสบความสำเร็จ

๒.ปัจจุบันให้คิดในแง่ดี

ให้ยอมรับความเป็นจริงในปัจจุบันที่เรากำลังเผชิญอยู่กับสิ่งรอบตัวตามความเป็นจริงไม่ว่าสิ่งเหล่านั้นจะเป็นที่ต้องการหรือไม่ต้องการก็ตาม ทั้งนี้หากเราไม่พอใจกับสิ่งที่ได้ ที่มี ที่เป็น ที่สัมผัส สัมพันธ์ ก็จะทุกข์ใจ จะมีประโยชน์อะไรที่จะต้องทำตัวให้หมกไหม้อยู่กับความทุกข์

บางคนสามีหรือภรรยานอกใจไปมีคนอื่น ก็เป็นทุกข์มาก ไม่เป็นอันกินอันนอน ปล่อยตัวปล่อยใจให้จมปลักอยู่กับกองทุกข์ แทบหรือถึงกับเสียคน บางคนช่างคิด ทั้งวันทั้งคืนก็คิดอยู่แต่เรื่องนี้ ยิ่งคิดยิ่งแค้น ถึงกับลงมือทำร้ายตนเอง หรือคู่กรณีอย่างขาดสติ ทำให้เสียคน เสียอนาคตไปเลยก็มี นี่เป็นเพราะ**อุปาทาน** เข้าไปยึดมั่นในความเป็นตนและของๆตนโดยแท้

ทำไมไม่คิดในทางตรงข้าม มองในทางที่ดีบ้าง มีสิ่งดีๆที่คู่ครองนอกใจไปมีคนอื่นอยู่ตั้งหลายอย่าง ทำไมไม่นำมาคิด เป็นต้นว่า

ดีแล้วจะได้หมดภาระ หมดเวรหมดกรรมกับคนๆ นี้เสียที เมื่อก่อนไม่มีเขาชีวิตเรามีอิสระ สบาย ไม่มีภาระ ไม่มีห่วง ตั้งแต่มีเขาเข้ามาในชีวิต

ทำให้ขาดอิสระเสรี สร้างความยุ่งยากลำบากให้กับชีวิตนานัปการ เป็นต้นว่า

ต้องคอยเอาใจ จะพูดจะทำสิ่งใดก็ต้องระมัดระวัง ดูว่าจะถูกใจหรือไม่ เป็นคนที่เอาใจยาก เจ้าอารมณ์ น่าเบื่อ น่ารำคาญ

ต้องคอยดูแล จะอยู่จะกินจะหลับจะนอน ก็ต้องคอยหาให้ทำให้ ยังกับเป็นทาสรับใช้ กับพ่อแม่ซึ่งมีพระคุณ ยังไม่เคยทำให้ขนาดนี้เลย แม้ทำให้ด้วยความเหนื่อยยากลำบากกายลำบากใจก็ยังไม่เห็นความดีของเรา ไม่พอใจก็แสดงอารมณ์ใส่ ไปอยู่กับคนอื่นก็ดีแล้ว เราจะได้สบาย สมน้ำหน้าคนที่ (คาบ) เอาไป วันหนึ่งก็จะรู้สึก

ต้องคอยห่วงหาอาลัย เวลาออกจากบ้านไปก็เป็นห่วง กลับไม่เป็นเวลาก็เป็นห่วง หรือเวลาเขาไปต่างจังหวัดก็เป็นห่วง ไม่รู้จะอยู่จะกินอย่างไร จะลำบากหรือไม่ จะไปกับใคร จะไปเสียผู้เสียคนที่ไหน ทำให้เราคอยเป็นห่วงสารพัด ไปก็ดีแล้วจะได้หมดห่วง

เขาไม่ใช่เป็นของๆ เรา (จริงๆ) เพราะตอนเราเกิดมา ก็ไม่เกิดติดมากับเรา ตอนเป็นเด็กก็ไม่ได้อยู่ด้วยกัน เพิ่งมาอยู่มาสัมพันธ์สมมุติว่าเป็นสามี-ภรรยากันเอาตอนหลังนี่เอง เขาก็คือของเล่นอย่างหนึ่งในชีวิต เป็นทางผ่านของชีวิต เล่นมานานแล้วเราก็น่าจะเบื่อเสียที เพราะมีแต่เรื่องทุกข์ใจ มีแต่สร้างปัญหาภาระให้กับเรา ไปตอนนี้ก็ดีเราจะได้เป็นอิสระเสียที

หากอยู่กันจนแก่จนเฒ่า เราจะลำบากที่ต้องดูแลเขาสักแค่ไหน ถ้าเขาแก่จนเดินไม่ไหว จำอะไรไม่ได้ ต้องคอยป้อนข้าวป้อนน้ำ เช็ดอุจจาระปัสสาวะให้ ตอนนั้นเราจะลำบากขนาดไหน ดีแล้วที่ไปตอนนี้ ต้องขอบใจคนที่รับช่วงที่โง่มารับเอาของเหลือใช้ไป เอาไปเป็นภาระเป็นทุกข์

ยังมีเรื่องที่น่านำมาคิดได้อีกมากมาย โดยเฉพาะการนำเอาข้อเสียหรือความทุกข์ของเราเมื่ออยู่กับคู่ครองมาคิด หากคิดในแง่มุมนี้ ก็จะได้

ถอดถอนความคิดที่จมปลักอยู่ในความทุกข์ ความอาลัยอาวรณ์เสียที

ส่วนใหญ่แล้วผู้ที่มีปัญหาดังกล่าวมักคิดเจ็บใจ แค้นใจ เช่น ทำอย่างนี้ดูถูกเรา เห็นเราไม่มีค่าหรืออย่างไร (ไปคิดเปรียบเทียบกับคนที่มาแย่งชิงเอาคู่ครองไป) ซึ่งไม่ควรจะนำไปคิดเช่นนั้น ความจริงแล้วเรามีค่ามากกว่าคนที่เขามาแย่งชิงเอาคู่ครองของเราไป เพราะคนที่มาแย่งชิงทั้งๆ รู้อยู่แก่ใจนั้น ค่าทางคุณธรรมของเขาขณะนั้นติดลบไปแล้ว เขาได้ทำผิดศีลข้อกาเมซึ่งจะส่งผลถึงวิบากกรรมที่เขาจะต้องได้รับทั้งในชาตินี้และชาติหน้า คนของเราที่จากไปก็ไม่มีค่าสำหรับเราอีกแล้ว เพราะเขาก็ประพฤติผิดศีลในข้อกาเมเช่นกัน

ส่วนการที่เขาทิ้งเราไปนั้น คนที่ไม่มีค่าจะเสียดายไปทำไม เราไปบังคับเขาให้กลับคืนมาไม่ได้หรอก ถ้าบังคับได้เขาคงไม่ทิ้งเราไป

บางคู่บางกรณีไม่ถึงกับทอดทิ้งไป แต่อยู่กันอย่าง ๓ เส้า ส่วนใหญ่ฝ่ายชายจะเอาไว้ทั้งสอง คนเก่าไม่ทิ้งคนใหม่ก็จะเอา กรณีเช่นนี้ฝ่ายภรรยาหลวงก็คงต้องทำใจคิดเสียว่า

ก็ดีเหมือนกันภาระของเราในเรื่องต่างๆ ที่มีต่อเขาจะได้ลดลงมีคนอาสาแบ่งไปดูแล เขาจะอยู่จะไปก็เป็นเรื่องของเขา ถ้าอยู่กับเราเราก็ทำหน้าที่ของเราให้สมควรแก่หน้าที่ วันไหนไม่อยู่กับเราเป็นวันที่ปลอดโปร่งโล่งใจ (แต่ส่วนใหญ่ไม่ค่อยคิดอย่างนี้ คิดไปทางน้อยอกน้อยใจว่า เห็นคนโน้นดีกว่าเราหรืออย่างไร)

กรณีเช่นนี้ฝ่ายภรรยาหลวงควรหันมาพิจารณาตนเองว่า มีสิ่งใดที่เราทำหน้าที่ของภรรยาบกพร่องไป เราเป็นแม่บ้านแม่เรือนที่ดีหรือไม่ มีสิ่งไหนบ้างที่สามีเคยบ่นให้เราปรับตัว แล้วเราได้ปรับปรุงตัวให้ดีขึ้นอย่างที่เขาต้องการหรือไม่ นิสัยบางอย่างที่เขาไม่ชอบ หรือพฤติกรรมบางอย่างที่ไม่ถูกใจเขา เราได้แก้ไขแล้วหรือยัง ถ้ายัง**นี่เป็นสาเหตุที่ทำให้เขามีคนใหม่**

ฝ่ายภรรยาก็จะคิดว่า ถ้าอย่างนี้ก็ไม่ยุติธรรม ให้แต่ฝ่ายหญิงแก้ไขปรับปรุงตัวตามที่ฝ่ายชายต้องการ แล้วทำไมฝ่ายชายไม่แก้ไขข้อบกพร่องของตนตามที่ภรรยาต้องการบ้าง

อยากจะบอกว่าความยุติธรรมตามที่คนปรารถนาในโลก ที่จะให้ได้ดังใจของแต่ละคนไม่มีหรอก มีแต่ความยุติธรรมทางธรรม ที่ว่าทำดีได้ดีที่ใจ ทำชั่วได้ชั่วที่ใจ เพราะใจเป็นผู้บันทึกความดีในการกระทำของตน และสิ่งที่ตนได้สัมผัสทันที ส่วนความยุติธรรมที่จะให้ผลเป็นที่พอใจของคู่กรณีไม่มี เพราะฝ่ายที่ได้ก็ว่ายุติธรรมฝ่ายที่เสียเปรียบก็ว่าไม่ยุติธรรม ถ้าต้องการความยุติธรรมจริงๆ ในกรณีนี้ก็ต้องตัดใจทิ้งเขาไปเสีย จำหน่ายออกจากบัญชีชีวิต เพราะถือว่าเป็นของที่มีตำหนิ เป็นของเสีย ควรทิ้งไปได้แล้ว แต่ถ้ายังตัดใจไม่ได้ ก็ต้องยอมรับความไม่ยุติธรรม ยอมอยู่กับของเสีย ทนใช้ของที่มีตำหนิต่อไป

ผู้เขียนเห็นมาหลายรายแล้วว่า กรณีเช่นนี้ หากฝ่ายภรรยาเป็นผู้มีความอดทน (มีขันติธรรม) รู้จักโอนอ่อนผ่อนปรนไปตามสถานการณ์ ในยามที่สามีกำลังหน้ามืดตามัวลุ่มหลงหญิงคนใหม่ โดยยอมให้อภัยด้วยเห็นแก่ความดีที่เขาเคยมีมาก่อน หรือเห็นแก่ลูก ไม่ตัดพ้อต่อว่า ไม่ชวนทะเลาะไม่ตั้งตัวเป็นโจทก์ซักไซ้ไล่เลียงหาความผิดไม่แสดงกิริยาท่าที่ก้าวร้าวไม่รุกรานสามีและหญิงคนใหม่ของสามี ไม่เอาสามีไปประจาน หรือทำลายชื่อเสียงของสามี ตรงข้ามกลับทำเสมือนไม่รู้ไม่เห็นไม่ใส่ใจ (ทั้งๆที่ใจทุกข์ระทม) ตั้งหน้าทำหน้าที่แม่บ้านของตนให้ดีไม่ให้ขาดตกบกพร่อง ปรับปรุงตัวเองให้ดีขึ้น โดยเฉพาะเรื่องที่สามีเคยบ่นอยากให้แก้ไข วันหนึ่งก็เอาชนะใจสามีได้ ได้ของเก่าที่มีตำหนิกลับมาใช้อย่างเดิม กรณีนี้มีไม่มากนัก

ส่วนใหญ่แล้วภรรยาจะโกรธแค้น ก้าวร้าว ท้าทาย บางคนถึงกับตามไปราวีฝ่ายตรงข้าม บางคนยื่นคำขาดให้สามีเลือกเอา ระหว่างคนเก่า

กับคนใหม่ นี่ยิ่งเป็นการชี้โพรงให้กระรอก เพราะสามีอยากได้ของใหม่อยู่แล้ว ที่สุดก็บ้านแตก ถูกคนใหม่ 'คาบ'เอาไปจริงๆ

ผู้ที่ศึกษาปฏิบัติธรรมมีความเข้าใจเรื่องหลักของไตรลักษณ์ อันมี อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา จะสามารถทำใจเมื่อคู่ครองหรือคู่รักของตนเป็นอื่น ได้ดีกว่าผู้ที่ไม่ได้ศึกษา เพราะเขามีความเข้าใจว่าคู่ครองของเขา ไม่ใช่เป็นของเขาจริงๆ ตามหลัก**อนัตตา** หากเป็นโดยสมมุติทางโลก และเป็นอยู่ชั่วคราวเท่านั้น ตามหลัก**อนิจจัง** เพราะวันหนึ่งก็ต้องพลัดพรากจากกัน อาจจะจากทั้งที่ยังมีชีวิตอยู่หรือตายไปแล้วก็ได้ ไม่แน่นอนตามหลัก**อนิจจัง** และบังคับไม่ได้ ตามหลัก**อนัตตา**

อุปมาดังการเดินทางไปบนรถโดยสารคันหนึ่ง บนรถโดยสารคันนั้นมีเพศตรงข้ามนั่งที่นั่งติดกัน ทั้งๆ ที่ไม่เคยรู้จักกันมาก่อน ระหว่างทางก็สนทนาเป็นที่ถูกอกถูกใจกัน ดูราวกับว่าจะร่วมเดินทางไปด้วยกันจนถึงที่สุด

ครั้นถึงสถานีหนึ่ง อีกฝ่ายหนึ่งบอกว่า เขาต้องการเดินทางมาเพียงนี้ ซื้อตั๋วเดินทางมาแค่นี้ขอลงก่อน ว่าแล้วเขาก็ลงไป ฝ่ายที่ยังเดินทางต่อแม้ยังติดใจคนนั้นอยู่ แต่จะไปยื้อยุดฉุดกระชากให้เขาขึ้นมาร่วมเดินทางไปตามที่ตนต้องการได้อย่างไร ในเมื่อจุดหมายปลายทางของแต่ละคนไม่เหมือนกัน

ลักษณะการอยู่ร่วมกันของสามีภรรยาหรือคู่รักก็เข้าทำนองนี้ ยากนักที่ทั้งสองฝ่ายจะเดินไปถึงจุดหมายสถานีเดียวกัน **ไม่ฝ่ายใดก็ฝ่ายหนึ่งต้องลงก่อน** บางคนลงก่อนเพราะไปเจอคนใหม่ บางคนลงก่อนเพราะตายก่อน มีใครบ้างที่ตายพร้อมกัน น้อยรายนัก นอกจากประสบอุบัติเหตุด้วยกันทั้งคู่ แต่ฝ่ายที่ยังพอใจอีกฝ่าย มักจะไม่ยอมให้ฝ่ายที่ตนรักลงก่อน เป็นไปได้อย่างไร

อนึ่ง ผู้ที่ศึกษาเรื่องกรรมและการเวียนว่ายตายเกิดก็จะทำใจได้

หากเชื่อในเรื่องกรรม

การเป็นสามีภรรยาหรือคนรักกัน ไม่ใช่เกิดจากเหตุบังเอิญ หากแต่เกิดจากกรรมเก่าในอดีตชาติ

แต่ละชีวิตต่างเวียนว่ายตายเกิดมานับภพนับชาติไม่ถ้วนในวัฏสงสารอันยาวนาน บางชาติบางคนเกิดเป็นหญิง บางชาติเกิดเป็นชาย บางชาติเกิดเป็นสัตว์เดรัจฉาน อาจเป็นตัวผู้บ้าง ตัวเมียบ้าง นี่นับเฉพาะภพชาติที่เกิดเป็นมนุษย์ และสัตว์เดรัจฉานเท่านั้น ยังไม่นับภพชาติอื่นๆ อีกซึ่งมีอยู่มาก

เมื่อเกิดมาแต่ละชาติดังกล่าว ต่างก็มีคู่ครอง หรือมีคนรักในชาตินั้นๆ หากมีความสัมพันธ์เกื้อกูลต่อกันด้วยดี ก็จะอยู่กันยาวนาน เป็นคู่สุขคู่ทุกข์กัน หากเป็นปฏิปักษ์กัน ก็อยู่ด้วยกันระยะสั้น หรือถ้าอยู่กันยาว ก็จะเบียดเบียนทำร้ายกันให้ต้องทุกข์กายทุกข์ใจ

เมื่อเกิดในชาติต่อๆ ไป คนที่เคยเป็นคู่ครองหรือรักกัน ใช่ว่าจะเหมือนเดิมทุกชาติ บางคนชาตินี้กลับมาอยู่ในครอบครัวเดียวกัน เป็นพ่อ-แม่-พี่-น้องกัน

จากการสะกดจิตของ **ดร.ไบรอัน แอล.ไวส์** นักจิตแพทย์ชาวอเมริกัน ผู้เชี่ยวชาญการสะกดจิตในยุคปัจจุบัน ได้พบว่าคนไข้ของตนที่เข้ารับการบำบัดโดยวิธีการสะกดจิตให้ระลึกถึงอดีตชาตินั้น บางรายในชาติหนึ่งเคยเป็นสามีภรรยากัน ชาติต่อไปกลับมาเป็นพ่อลูกกัน มีบางชาติ กลับเป็นพี่น้องกัน ในชาตินี้ทั้งคู่ต่างก็ผ่านการมีคู่ครองกับชาย-หญิงอื่น แต่ก็ต้องหย่าร้างกัน กว่าจะได้พบกันเป็นคู่ครองกันอีก ก็ต้องผ่านความทุกข์ระทมด้วยกันทั้งสองฝ่าย*

** หนังสือของ **ดร.ไบรอัล แอล. ไวส์** เรื่อง Only Love is Real แปลเป็นไทยชื่อ **เราจะข้ามเวลามาพบกัน** และเรื่อง Massages from the Masters แปลเป็นไทยชื่อ **สารรักจากสวรรค์** ทั้ง ๒ เล่ม แปลโดย **มณฑานี ตันติสุข** จะให้รายละเอียดเรื่องการระลึกชาติ*

บางรายแยกทางกันอาจเป็นเพราะอีกฝ่ายไปเจอคู่ครองเก่าของตนในชาติก่อน ซึ่งเคยผูกพันรักกันมากยิ่งกว่าคู่ครองคนปัจจุบัน ด้วยเหตุนี้จึงไม่แปลกเลย ที่คนๆ หนึ่งจะมีภรรยา-สามี-คนรักได้หลายๆ คน เพราะเป็นผลมาจากกรรมเก่าทั้งสิ้น

หากเป็นเช่นนี้คนแต่ละคนมิต้องเปลี่ยนคู่ครองคู่รักกันไปเรื่อยๆ หรือหากเจอคู่เก่าที่เคยเกื้อกูลกันมา

คำตอบก็คือไม่แน่ และไม่จำเป็นต้องเป็นเช่นนั้น

หากคู่ครองของแต่ละคนเป็นคนมี**สัจจะ**:- รักษาคำมั่นสัญญาที่เคยให้ไว้ต่อกัน

มี**ทมะ**:- ข่มใจต่อเพศตรงข้ามที่ถูกตาต้องใจซึ่งอาจจะเป็นคู่ครองเก่าในชาติก่อน

มี**ขันติ**:- อดทนต่อความไม่พอใจในพฤติกรรมของคู่ครอง-คู่รัก ที่ตนไม่ชอบ

มี**จาคะ**:- เสียสละความสุข ความต้องการของตน โดยเห็นแก่ความสงบสุขของครอบครัว

คุณธรรมทั้ง ๔ ประการคือ **สัจจะ ทมะ ขันติ** และ**จาคะ** เป็น**ฆราวาสธรรม** หรือธรรมของผู้ครองเรือน ที่พระพุทธองค์ทรงให้ไว้ หากคู่ครองทั้งสองฝ่ายยึดถือธรรมะดังกล่าวก็จะครองเรือนกันได้ยั่งยืน จนกว่าจะตายจากกัน

มีพุทธพจน์บทหนึ่งความว่า

อยู่ร่วมกันนานเกินไป ที่เคยรักก็มักหน่าย

(อะติจิรัง นิวาเสนะ ปิโย ภะวะติ อัปปิโย)

เมื่อเขาไม่มีเยื่อใย ป่วยการที่จะอยู่กินด้วย

(อะเปตะจิต เตนะ นะ สัมภะ เชยยะ)

พุทธพจน์ดังกล่าวน่าจะช่วยให้บุคคลเข้าใจถึงการเบื่อหน่ายคู่ครองที่ไม่ค่อยจะถูกใจกันและน่าจะเป็นแนวทางออกของผู้ที่กำลังทุกข์ระทมขมขื่นอยู่กับคู่ครองที่มีพฤติกรรมทำร้ายทำลายจิตใจ อย่างเลือดเย็นอยู่ในขณะนี้

ชีวิตของแต่ละคนมีค่า กว่าจะเติบโตมาถึงปัจจุบันต้องผ่านการเลี้ยงดูเอาใจใส่ จากมารดา-บิดา ตลอดจนผู้มีอุปการะ ด้วยความเหนื่อยยากมาสักเท่าใด

ยังมีผู้ที่รักห่วงใย และพร้อมที่จะยื่นมือมาประคับประคองให้ความช่วยเหลือแก่เรา ยามชีวิตทุกข์ท้อสิ้นหวัง ไม่ว่าจะเป็น แม่-พ่อ ญาติพี่น้องตลอดจนกัลยาณมิตร ซึ่งรักและปรารถนาดีต่อเราอย่างจริงใจ อย่าปล่อยให้คนๆ หนึ่งซึ่งเป็นใครมาจากไหนก็ไม่รู้ มามีความสำคัญต่อชีวิตของเราจนถึงกับเราต้องทำร้ายทำลายตนเองเลย

อย่าทำตัวเป็นเด็กขี้แย เมื่อถูกแย่งของเล่นที่ตนรักไป ก็ร้องไห้โยเยจะเอาของๆ ตนคืนมาให้ได้ มิใยจะมีผู้มาปลอบบอกว่าช่างมันเถอะ จะซื้อของเล่นอันใหม่มาให้ ดีกว่าของเก่าด้วย ก็ไม่ยอมฟัง ยังคงร้องไห้คร่ำครวญจะเอาของเล่นชิ้นนั้นให้ได้ ทั้งๆ ที่เล่นมาพอสมควรแล้ว ของก็เก่าแล้ว สกปรกแล้ว

ตัดใจลืมคนใจร้ายคนนั้นเสียเถิด เขาไม่มีค่าสำหรับเราอีกแล้ว

ชีวิตยังมีสิ่งมีค่า และมีความสำคัญกว่านี้อีกมากมาย ที่เราจะต้องทำ จงยืนหยัดสู้อย่าเป็นคนอ่อนแอแพ้เกมชีวิต

ผู้ที่เคยมีประสบการณ์ผ่านเรื่องนี้มาแล้ว จะมองดูอดีตซึ่งครั้งหนึ่งเคยทุกข์ระทมขมขื่น ด้วยความรู้สึกที่เฉยๆ เหมือนบาดแผลที่หายสนิทแล้ว อาจจะมีริ้วรอยของแผลเป็นหรือไม่ก็ตาม เมื่อเอามือไปสัมผัสดูก็รู้สึกเฉยๆ ไม่เจ็บปวด ต่างไปจากในช่วงที่แผลยังไม่หาย ระบมอักเสบเจ็บปวดอยู่ทุกวัน ยิ่งเอามือไปโดน ไปแกะ ไปเกา ก็ยิ่งอักเสบ ยิ่งเจ็บ หากไปแกะไปเกาอยู่บ่อยๆ

แทนที่แผลจะหายเร็ว กลับเป็นแผลเรื้อรัง นำความทุกข์มาให้ตน

กรณีดังกล่าวก็เช่นกัน เป็นบาดแผลทางใจ การเฝ้าคิดคนึงห่วงหาอาลัย เอาอดีตที่เคยพึงใจมาผูกเป็นเรื่อง หวังว่าเขาจะกลับคืนมาหรือเอาความคับแค้นใจมาสร้างเรื่องโกรธแค้น เหล่านี้ เหมือนกับการเอามือไปแคะแกะเกาแผล แผลก็จะอักเสบเรื้อรัง ไม่หายสักที

ด้วยเหตุนี้จงหยุดคร่ำครวญหวนหาว่าเขาจะกลับคืนมา และหยุดโกรธแค้นขุ่นเคืองเสีย ตั้งหน้าตั้งตาทำงาน รับผิดชอบในภารกิจที่มีอยู่ให้ดี **ไม่ช้าเวลาจะเป็นยารักษาใจได้อย่างดี**

เหตุที่ผู้เขียนได้เขียนถึงเรื่องนี้ไว้ค่อนข้างยาว และพยายามหาแง่คิดมุมมองต่างๆ มาให้พิจารณา ก็เพราะว่าเรื่องดังกล่าวเกิดขึ้นมากในยุคปัจจุบัน เพียง ๘-๙ เดือนที่ผ่านมา ผู้เขียนได้รับรู้เรื่องทำนองนี้ถึง ๖ ราย บางรายโทรศัพท์มาปรึกษาราวกับว่าผู้เขียนเป็น **ศิราณี** (นามปากกาผู้ตอบปัญหาหัวใจในหนังสือพิมพ์ไทยรัฐ ซึ่งยุคหนึ่งมีผู้อ่านคอลัมน์นี้กันมาก)

บางรายตัดใจได้เด็ดขาดในเวลารวดเร็ว บางรายมัวแต่ห่วงเกาแผลให้อักเสบเรื้อรังนั่นแหละ แม้จะให้ยารักษาโรคใจไปแล้วก็ยังไม่ใช้

น่าสังเกตว่าผู้มีปัญหาดังกล่าวใน ๖ รายนี้ มี ๕ รายจบปริญญาตรี,โท หลายรายที่อุตส่าห์เรียนมามากมาย แต่ไม่สามารถเอาความรู้ที่มีอยู่มาแก้ทุกข์ใจของตนได้เลย ความรู้ทางโลกเรียนไปหากไม่ได้ใช้ก็ลืม แต่ธรรมะคือความเป็นจริงของชีวิต เป็นเรื่องที่ทุกคนควรจะรู้และฝึกใจให้คิดถึงความจริงยอมรับความจริงที่เกิดขึ้น

ผู้เขียนเห็นว่าการสอนธรรมะในสถานศึกษา ควรสอนในเชิงประยุกต์ ให้เข้ากับการดำเนินชีวิต และควรให้เวลาการสอนมากกว่านี้ เพราะเป็นวิชาที่สามารถเอาไปใช้ได้ในชีวิตประจำวันจนตาย

นอกจากเรื่องสามีภรรยาที่เป็นปัญหาบ้านแตกแล้ว ยังมีเรื่องลูกที่สร้างความทุกข์ให้กับพ่อแม่ เพราะพ่อแม่บางคนมีลูกติดยาเสพติด ชอบเล่นการพนัน หมกมุ่นกับการเล่นเกม เอาแต่เที่ยวเตร่ประพฤติตัวเหลวไหล หรือสำส่อนทางเพศ เป็นต้น ปัญหาเหล่านี้สร้างความทุกข์ให้กับพ่อแม่อยู่ทุกเมื่อเชื่อวัน

หากใช้หลักการมองในแง่ดีดังกล่าวควรจะมองอย่างไร

ให้คิดเสียว่าก็ดีเหมือนกันลูกจะได้บทเรียนด้วยตัวเอง เพราะเวลาพ่อแม่สอนก็ไม่เชื่อฟัง ให้รู้ว่าการทำผิดเช่นนั้นก่อให้เกิดผลเสียต่อตนเองอย่างไร จะได้สำนึกไม่ทำเช่นนั้นอีก

หากลูกรู้สำนึกเช่นนี้พ่อแม่ก็คงจะพอทำใจได้ แต่นี่ยิ่งหนักเข้าไปอีก ไม่สำนึก ไม่กลับตัว จะทำอย่างไร

ความจริงแล้วอาจจะยังไม่ถึงเวลากลับตัวของเขาก็ได้ บางเรื่องต้องให้เวลา จะให้เขาเปลี่ยนพฤติกรรมทันอกทันใจอย่างที่พ่อแม่ต้องการไม่ได้

พ่อแม่ต้องคิดถึงหลักความเป็นจริงของวัยรุ่น ว่าเป็นวัยที่ดื้อรั้น ชอบลอง ชอบท้าทาย

ขาดวุฒิภาวะที่จะพิจารณาเหตุผล ขาดความยับยั้งชั่งใจ เอาอารมณ์เป็นใหญ่ จึงทำผิดได้ง่าย

การทำผิดไม่ใช่เรื่องคอขาดบาดตาย ทุกคนต่างก็เคยทำผิดมาแล้วด้วยกันทั้งนั้น แม้กระทั่งขณะนี้ผู้ใหญ่บางคนยังทำผิดอยู่เลย ทั้งๆ ที่รู้ว่าสิ่งนั้นไม่ดีก็ยังทำอยู่ เป็นเรื่องอะไรบ้างลองนึกดูเอาเองก็แล้วกัน

อนึ่ง การที่ลูกทำผิดประพฤติตัวเหลวไหล จะไปโทษลูกฝ่ายเดียวก็ไม่ได้ ต้องโทษพ่อแม่ด้วยที่เลี้ยงลูกไม่ดี วัยที่ควรสอน ควรอบรมบ่มเพาะนิสัยกลับไม่สอน แต่วัยที่ไม่ควรสอนกลับจ้ำจี้จ้ำไชสอน

เด็กเรียนรู้ได้ตั้งแต่อยู่ในครรภ์มารดา จากการสะกดจิตคนไข้ให้ระลึกถึงอดีตชาติของ **ดร.ไบรอัน แอล.ไวส์** ปรากฏว่ามีคนไข้รายหนึ่งชื่อ **มารี** เล่าถึงความทรงจำของเธอสมัยอยู่ในครรภ์มารดา เธอเห็นตัวเองนอนอยู่ในมดลูก เห็นแม่นั่งคุยกับน้าที่อพาร์ทเม้นท์ ดื่มชารับประทานคุกกี้ที่น้าซื้อมาฝาก ช่วงนั้นใกล้คริสต์มาส แม่บอกกับน้าว่าฉันกำลังจะตาย คงไม่มีโอกาสเลี้ยงลูกในท้อง หลังแม่คลอดมารีได้ไม่กี่วัน แม่ตายด้วยโรคนิวมอร์เนียจริงๆ เมื่อวันที่ ๑๔ มกราคม

มารีถามเรื่องที่เธอจำได้กับน้า น้ายอมรับว่าเป็นความจริง น้าแปลกใจว่ามารีรู้เรื่องนี้ได้อย่างไร และบรรยายภาพอพาร์ทเม้นท์ได้อย่างถูกต้อง ทั้งๆ ที่มารีไม่เคยอยู่ที่นั่น

กรณีดังกล่าวแสดงว่าคนเราเริ่มเรียนรู้ตั้งแต่อยู่ในท้องมารดา เพียงแต่ไม่สามารถจำเหตุการณ์ต่างๆ ได้ นอกจากจะได้รับการสะกดจิตให้ย้อนเข้าสู่ความจำในอดีตหรือผู้ที่ได้ทิพยจักขุญาณ

มีผู้ปฏิบัติธรรมรายหนึ่งมาถามผู้เขียน ปรึกษาว่าเธอจะทำอย่างไรดีกับลูกสาว ซึ่งโตจนอายุ ๓๐ ปีเศษแล้ว แต่มีความก้าวร้าวกับเธอตั้งแต่เด็กๆ นอกจากไม่เชื่อฟังแล้วยังด่าแม่ ไม่รักแม่ ไม่เคารพยำเกรงแม่ ชอบดื่มเหล้าเมา อาละวาดทำร้ายแม่ ผู้เขียนให้แง่คิดว่า กรณีอย่างนี้น่าจะเป็นเรื่องกรรม คำนี้จี้ใจเธอ เธอยอมรับว่าเมื่อลูกยังอยู่ในครรภ์เธอทำแท้ง แต่ลูกไม่ออก มิน่าลูกจึงเกลียดเธอตั้งแต่เด็กๆ

ด้วยเหตุนี้การอบรมสั่งสอนลูกควรทำตั้งแต่วัยเด็กทารก เขาจะรู้จะแสดงออกตอบรับหรือไม่อย่าไปห่วง วัยดังกล่าวเขาอาจจะไม่สามารถแสดงการตอบรับออกมาได้ แต่คำสอนที่ตอกย้ำอยู่เนืองๆ จะเข้าไปในจิตสำนึกเขา จะสอนอะไรก็รีบสอน ตั้งแต่แบเบาะจนถึง ๖-๗ ขวบ เพราะวัยดังกล่าวเด็กยังช่วยตัวเองไม่ได้ ต้องการความช่วยเหลือ ความรักความ

อบอุ่นจากพ่อแม่ผู้เลี้ยงดู จะสังเกตว่าเขาอยากอยู่ใกล้ชิด ไปไหนก็ร้องตาม สอนอะไรเขาเขาก็รับฟัง ฝึกให้ทำอะไรก็ทำ

พ่อแม่ทุกคนอยากจะให้ลูกเป็นคนดี มีเหตุผล รู้ผิดรู้ถูกรู้ควรไม่ควร รู้จักแยกแยะอะไรมีสาระประโยชน์ อะไรไม่มีสาระประโยชน์ ต้องการให้ลูกช่วยตัวเองได้ จะได้เป็นที่พึ่งของตัวเอง

คุณสมบัติดังกล่าวจะต้องปลูกฝังอบรมบ่มเพาะกันมาตั้งแต่เด็ก

ลองมานึกทบทวนย้อนดูว่าสมัยเป็นเด็กพ่อแม่สอนเรามาอย่างไร หรือเมื่อเป็นพ่อแม่เราสอนลูกของเราอย่างไร

เมื่อลูกเริ่มหย่านมหันมากินข้าว เวลาป้อนข้าวลูก พ่อแม่หรือพี่เลี้ยงมักจะเชียร์ให้ลูกกินข้าวด้วยคำพูดทำนองนี้ว่า

เอ้าลูกอ้าปากนะ อั้มนะ หรือหม่ำนะลูก เห็นไหมนี่แม่ทำของ**อร่อย ๆ** มาให้กินทั้งนั้นเลย

เอาความ**อร่อย**ของอาหาร เป็นตัวกระตุ้นหรือจูงใจให้เด็กกินอาหารรสชาติที่**อร่อย**เป็น**ความรู้สึก** กินอาหารเพื่อความอร่อยของรสชาติ นี่เป็นการสอนเรื่องความรู้สึก (อารมณ์) ให้กับลูก แทนที่จะสอนเรื่อง**เหตุผล**ให้กับลูก

ถ้าสอนเรื่องเหตุผลจะสอนอย่างไร

เอ้าหนูอั้มนะ หรือหม่ำนะ เห็นไหมของที่หนูกินเข้าไป**มีประโยชน์**ทั้งนั้นเลย **จะทำให้หนูโตขึ้น แข็งแรงด้วยนะ**

นี่คือคำสอนเรื่องเหตุผล อาหารมีประโยชน์ ทำให้ร่างกายเติบโตแข็งแรง ไม่ใช่กินเพราะรสชาติที่อร่อย ของอร่อยอาจจะไม่มีประโยชน์ก็ได้

จากนั้นเมื่อลูกโตอีกหน่อย ก็เริ่มสอนเรื่องคุณค่าของสารอาหาร เช่น

วันนี้แม่มีไข่มาให้กิน ไข่มีประโยชน์มากนะลูกมีวิตามิน ทำให้ร่างกายแข็งแรง

วันนี้แม่มีผักมาให้ ผักมีประโยชน์มากนะ ทำให้ท้องไม่ผูก ถ่ายง่ายด้วย

วันนี้แม่มีผลไม้มาให้กิน ผลไม้มีประโยชน์มากนะ มีวิตามิน ช่วยให้ร่างกายแข็งแรง ถ่ายง่ายด้วย เหล่านี้เป็นต้น

ลูกจะรู้เรื่องจะเข้าใจหรือไม่ อย่าเป็นห่วง ให้ข้อมูลที่ถูกต้องในเรื่องคุณค่าของอาหารชนิดต่างๆ ไปเรื่อยๆ สิ่งเหล่านี้จะสะสมอยู่ในความคิดของเขา ปลูกฝังให้เขารู้จักคิด วิเคราะห์ในการเลือกรับประทานสิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย

คนบางคนตั้งแต่เล็กจนโตไม่ยอมกินผัก เพราะ**ไม่อร่อย** เด็กรุ่นใหม่ชอบอาหารฟาสท์ฟูด ซึ่งมากด้วยแป้ง เพราะเห็นว่าทันสมัย เด็กและผู้ใหญ่ไม่น้อยติดน้ำอัดลม ทำให้คนรุ่นใหม่เป็นโรคอ้วนกันมากขึ้น นี่มาจากสาเหตุ**ไม่รู้จักวิเคราะห์ในการเลือกอาหารรับประทาน**

โรคสารพัดโรคที่มีสาเหตุมาจากการกินอาหาร เช่น โรคหัวใจ โรคมะเร็ง โรคอ้วน โรคเกาต์ โรคเบาหวาน ใครเป็นผู้ทำให้เกิดโรคดังกล่าวกับตน หากไม่ใช่ตนเอง กินตามใจปากเห็นแก่ความอร่อย แทนที่จะพิจารณาถึงประโยชน์

เมื่อลูกหัดตั้งไข่หรือหัดเดิน พ่อแม่หรือพี่เลี้ยงก็เป็นกองเชียร์

เอ้ายืนขึ้นลูก อย่างนั้น **เก่งมาก เก่งมากลูก**

เมื่อเด็กทำสำเร็จ เชียร์ว่า **เก่งมาก**

ครั้นเด็กล้มแผละลง ตกใจรีบตรงเข้าประคอง พร้อมกับพูดว่า โอ๋ลูกเจ็บไหมๆ เด็กเลยร้องจ้าเพราะตกใจ ที่ผู้ใหญ่ตรงรี่เข้ามาหา ฝ่ายแม่ก็ปลอบว่าไม่เป็นไรลูกอย่าร้องๆ โอ๋คนดีของแม่อย่าร้องนะ

บางคนเป็นเอามาก ตีพื้นกระดานปลอบลูกว่านี่ทำลูกฉัน แม่ตีให้แล้วหยุดร้องเสีย (หาแพะรับบาป)

พฤติกรรมดังกล่าวเป็นการสอนให้ลูกมี**อัตตา** เมื่อลูกทำสำเร็จ **ฉันเก่ง** ครั้นเมื่อลูกล้มลงตรงเข้าโอ๋เข้าประคอง เป็นวิธีการ**เลี้ยงแบบประคบประหงม** ไม่ให้ลูกหัดช่วยเหลือตัวเอง ทำพลาดก็โทษสิ่งอื่นคนอื่น

หากสอนให้ลูกรู้จักช่วยตัวเองจะสอนอย่างไร

เมื่อลูกตั้งไข่ได้ ควรบอกลูกว่า ดีแล้วลูก หนูตั้งไข่ได้ ต่อไปหนูก็จะเดินได้ จะวิ่งได้ จะไปไหนก็ได้ด้วยตัวเอง หนูจะได้ช่วยตัวเองได้

ครั้นลูกล้มลง ไม่ต้องตรงเข้าไปประคอง ไม่ต้องตื่นเต้นตกใจ พูดกับลูกด้วยน้ำเสียงปกติว่า

ไม่เป็นไรหรอกลูก ใหม่ๆ ก็เป็นกันอย่างนี้ทุกคนแหละ ทุกคนก็ต้องล้มกันอย่างนี้ เป็นของธรรมดา

ไหนหนูลองลุกขึ้นเองสิลูก ลุกได้มั้ย นี่เอามือเท้าพื้นอย่างนี้นะ (ทำให้ดู) เอาก้นโด่งขึ้นอย่างนี้นะ แล้วดันตัวขึ้นอย่างนี้นะ (ทำให้ดู) ลองดูสิลูก เห็นไหมหนูก็ทำได้ **ล้มได้ก็ลุกด้วยตัวเองได้**

อย่างนี้จึงจะสอนให้เด็กรู้จักช่วยตัวเอง เป็นที่พึ่งของตัวเอง

การปลูกฝังเด็กอย่างไรก็สร้างนิสัยให้เด็กอย่างนั้น นิสัยดังกล่าวติดตัวไปจนเป็นผู้ใหญ่...จนวันตาย

ด้วยเหตุนี้จึงไม่แปลกใจเลยว่า คนบางคนมีความรู้สึกว่า**ฉันทำได้** ทำ**สำเร็จแล้ว ไม่เห็นมีใครชมฉันเลย** (เพราะเคยมีกองเชียร์สมัยเป็นเด็กซึ่งฝังอยู่ในจิต)

ฉันผิดพลาด ล้มเหลว ไม่เห็นมีใครมาอยู่เคียงข้างปลอบใจฉันเลย (เพราะเคย มีคนโอ๋ตอนเป็นเด็ก ซึ่งฝังอยู่ในจิต)

*ความรู้สึกนึกคิดเช่นนี้จึงเป็นผลให้**โตแต่ตัว แต่จิตใจยังเป็นเด็ก** เพราะคิดพึ่งแต่ผู้อื่น ต้องการให้ผู้อื่นอยู่เคียงข้าง เป็นผู้รู้ใจ ปลอบใจ ให้กำลังใจ*

ครั้นเมื่อลูกโตขึ้นมาเริ่มเล่นของเล่นได้ แม่ซื้อเสื้อผ้าหรือของเล่นมาฝาก ประโยคที่แม่มักจะพูดกับลูกก็คือ

วันนี้แม่ซื้อเสื้อมาฝากลูก นี่เห็นไหม**สวยนะ**

นี่เป็นการสอนเรื่อง**ความรู้สึก**ให้กับลูกแทนที่จะสอนเรื่อง**เหตุผล** หากสอนเหตุผลแม่ควรจะพูดกับลูกว่า

วันนี้แม่ซื้อเสื้อมาฝากหนู ช่วงนี้เข้าหน้าหนาวเสื้อที่หนูมีอยู่บางทำให้หนูหนาว นี่เสื้อที่แม่ซื้อมาใหม่หนาเห็นไหม จะช่วยป้องกันความหนาวทำให้ลูกอบอุ่น ลูกต้องระวังอย่าทำสกปรกนะลูก

ด้วยเหตุนี้หลายคนเมื่อโตขึ้น จึงมีรสนิยมวิไล จะใช้อะไรก็ต้องสวย ๆ งาม ๆ สินค้ามีแบรนด์ (ยี่ห้อ) แทนที่จะเลือกประโยชน์นำหน้า ก็ใครเล่าสอนให้มีนิสัยอย่างนี้

ครั้นซื้อของเล่นมาให้ก็เช่นกัน มักจะบอกลูกว่า วันนี้แม่ซื้อของเล่นมาให้ นี่**สวย**เห็นไหม (หรือดีอย่างนั้นอย่างนี้) ของเล่นของๆ หนูระวังรักษาให้ดีนะ **อย่าให้ใครมาเล่น อย่าให้ใครมาเอา**

นี่เป็นการปลูกฝังให้มีความคับแคบ เห็นแก่ตัว ของๆ ข้าใครอย่าแตะ

ถ้าสอนให้มีใจกว้างรู้จักแบ่งปันจะสอนอย่างไร

ของๆ หนูระวังรักษาให้ดีนะ อย่าเล่นมันแรงเดี๋ยวมันจะเสีย ถ้าพี่(หรือน้อง)เขาอยากเล่น ให้เขายืมเล่นบ้างเราพี่น้องกันมีอะไรก็แบ่งกันเล่นแต่คอยระวังบอกเขาอย่าให้เขาเล่นแรง เล่นแล้วหนูต้องเก็บไว้ให้เป็นที่เป็นทางนะ อย่าทิ้งเกะกะ

ครั้นลูกร้องโยเยก็ขู่เด็กว่า

หยุดร้องเสียเดี๋ยวตุ๊กแกมากินตับ

หรือ เดี๋ยวตำรวจมาจับนะ

เป็นเหตุให้เด็ก**กลัว**สิ่งเหล่านี้ฝังใจอย่างไร้**เหตุผล** แม้โตเป็นผู้ใหญ่

แล้วก็ยังกลัวสิ่งนั้นอีก

พ่อแม่บางคนสอนให้ลูกรู้จัก**นินทาว่าร้ายคน**โดยไม่รู้ตัว การพูดถึงบุคคลที่ ๓ ที่เขาไม่อยู่ด้วย มักจะพูดถึงเขาในทางนินทาว่าร้าย มากกว่าคำชม เด็กที่นั่งฟังอยู่ด้วยหรือได้ยินได้ฟังก็จะเรียนรู้การนินทาผู้อื่นจากผู้ใหญ่ ผู้เขียนไม่อยากจะบอกว่าสังคมไทยเต็มไปด้วยการนินทาว่าร้าย แต่มันเป็นเช่นนั้นจริงๆ ไม่ว่าจะในชนบทหรือในเมือง...แทบทุกครัวเรือน

เมื่อเป็นเช่นนี้การปลูกฝังลูกในวัยเด็ก จึงมีความสำคัญมาก

เหตุใดคนไทยส่วนใหญ่จึงชอบใช้อารมณ์ความรู้สึกมากกว่าเหตุผล เหตุใดจึงโตแต่ตัวแต่จิตใจยังเป็นเด็กคิดแต่จะพึ่งผู้อื่น เหตุใดจึงใจคับแคบ เหตุใดจึงชอบนินทาว่าร้าย นี่มิใช่มีสาเหตุมาจากการอบรมสั่งสอนอย่างผิด ๆ ตั้งแต่เด็กหรือ

ถึงเวลาหรือยังที่ควรจะมีบริการให้ความรู้เรื่องการอบรมสั่งสอนลูกให้กับคู่สมรส โดยให้องค์กรบางแห่งของรัฐเป็นผู้จัดขึ้น เพื่อเราจะได้เด็กเติบโตมาอย่างมีคุณภาพทางความคิดและอารมณ์

ในวัยที่ลูกกำลังน่ารักน่าเอ็นดู (แบเบาะถึง ๓-๔ ขวบ) ลูกจะทำอะไรพ่อแม่ก็ชื่นชมยินดีไปหมด ยิ่งพ่อแม่สมัยใหม่อยากให้ลูกแสดงออกให้ลูกมีความเชื่อมั่นในตนเอง ลูกจะทำอะไรๆ ก็ไม่ห้าม จะซนเป็นลิงเป็นค่าง ไม่มีสัมมาคารวะ ไม่รู้จักที่ควรไม่ควร ก็ไม่บอกไม่สอน ปล่อยให้ลูกได้แสดงออกเต็มที่ จนเด็กคิดว่าที่ทำอยู่แล้วดี กลายเป็นนิสัยติดตัวเมื่อโตขึ้น

นอกจากนี้พ่อแม่หรือผู้ใหญ่ยังทำตัวอย่างไม่ดีให้เด็กเห็น เช่น เล่นการพนัน กินเหล้า สูบบุหรี่ ทะเลาะกัน ใช้คำพูดหยาบคาย ท่าทีก้าวร้าว สำส่อนทางเพศ ใช้เงินไม่ประหยัด ฯลฯ พฤติกรรมเหล่านี้เด็กได้เรียนรู้ซึมซับพร้อมที่จะเอาอย่าง บางพฤติกรรมเป็นเงื่อนปมจิตใจทำร้ายทำลายลูก

ครั้นลูกโตขึ้นเข้าโรงเรียน เริ่มเรียนรู้ด้วยตนเอง มีความเป็นตัวของ

ตัวเองมากขึ้น ลูกอยากให้พ่อแม่ยอมรับว่าเขาโตแล้วนะ ช่วยตัวเองได้แล้ว คิดด้วยตัวเองได้แล้ว ไม่ใช่ลูกแหง่ที่พ่อแม่จะต้องคอยประคบประหงมอีกต่อไป อย่าปกป้องอุ้มชูเขามากนักเลย ให้เขาได้แสดงออกด้วยตนเองบ้าง

วัยดังกล่าวจะสังเกตได้จากเมื่อพ่อแม่ไปไหน ลูกเลิกร้องตามไปด้วย เมื่อจูงมือข้ามถนนเขาจะสลัดมือ ไม่ต้องการความช่วยเหลือ เมื่อดูแลเอาใจใส่เขามากไปเขาจะอึดอัดรำคาญ ช่วงนี้แหละเป็นช่วงที่ลูกต้องการอิสระเพิ่มขึ้น ต้องการแสดงความเป็นตัวของตัวเอง ต้องการการยอมรับจากผู้อื่น

เป็นช่วงเวลาเข้าสู่วัยชนวัยคะนอง คราวนี้พ่อแม่กลับจ้ำจี้จำไชสอนซึ่งเขาไม่อยากฟัง เขาเบื่อ สอนไม่เชื่อก็ดุด่าว่ากล่าวใช้คำพูดก้าวร้าว บางทีถึงกับลงไม้ลงมือ ลูกไม่ชอบพฤติกรรมเช่นนี้ (ใครๆ ก็ไม่ชอบ) เห็นว่าพ่อแม่ไม่เข้าใจเขา ลูกก็ไปหาเพื่อนที่อยู่ในวัยเดียวกัน รู้ใจกัน เข้าใจกัน นิยมชมชอบสิ่งต่างๆ ใกล้เคียงกัน พูดกันรู้เรื่อง ปรึกษากันได้ ปลอบใจกันได้ เที่ยวด้วยกัน อยู่กับเพื่อนแล้วอบอุ่น อยู่ที่บ้านไม่รู้สึกอบอุ่น

ลูกรู้สึกว่าที่บ้านมี**ครู**เอาแต่สอนๆ จนน่าเบื่อ

มี**ตำรวจ** (สารวัตรสืบสวนสอบสวน) เอาแต่ซักถามว่าไปที่ไหนมา ไปทำอะไรมา

มี**ผู้พิพากษา** คอยตัดสินลงโทษ หรือตัดสินไม่ยุติธรรมลำเอียงเข้าข้างคนอื่น (พี่,น้อง)

มี**ผู้คุม**คอยควบคุมความประพฤติ (บางทีลูกถูกกักบริเวณ)

มี**ผู้ร้าย**ซึ่งทุบตีทำร้ายร่างกายลูก สิ่งเหล่านี้ลูกไม่ชอบ ไม่อยากอยู่บ้าน

เด็กบางคนถูกกดดันบีบคั้นจากทางบ้านมาก จึงหาทางออกไปทางอบายมุข ยาเสพติด สำส่อนทางเพศ เที่ยวเตร่เสเพล เสียคน พฤติกรรมดัง

กล่าวเด็กรู้ว่าไม่ดี แต่เขาต้องการประชดพ่อแม่ เขาต้องการแก้แค้นทำร้ายจิตใจพ่อแม่ ให้สมกับที่เขาคิดว่า**พ่อแม่ทำร้ายจิตใจเขา**

เมื่อลูกมีปัญหาเรื่องความความประพฤติดังได้กล่าวมาแล้ว

นอกจากใช้หลักมุมมองในแง่ดีแล้ว พ่อแม่ควรใช้หลักของ**พรหมวิหารธรรม**ต่อลูก ได้แก่ **เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา**

เมตตา ได้แก่รักลูก สงสารลูก ให้อภัยลูก ซึ่งพ่อแม่มีอยู่แล้ว

กรุณา ได้แก่ช่วยเหลือลูก อย่าไปดุด่าว่ากล่าวซ้ำเติมเพราะไม่ช่วยให้อะไรดีขึ้น ไม่ต้องไปสอน เพราะสอนมามากแล้ว ถ้าลูกเชื่อเขาก็ไม่ต้องเสียคนอย่างนี้ จึงไม่ต้องดุไม่ต้องสอนอะไร หากแต่เปลี่ยนจากการสอนเป็น**การแนะนำ ให้คำปรึกษา ให้ความเห็น**

ทำตัวเป็นเพื่อนลูก ปลอบใจ โดยเฉพาะผู้เป็นแม่หากสัมผัสโอบไหล่กอด ให้ลูกได้อยู่ในอ้อมกอด ถ่ายทอดความรักความอบอุ่น จากไออกของแม่ซึ่งนานแล้วลูกไม่ได้สัมผัสเช่นนี้ จะช่วยกระตุ้นให้ลูกได้รับความอบอุ่นขึ้นมาทันที

พูดกับลูกดีๆ ทำกับลูกดีๆ เขาอาจจะยังไม่ดีขึ้นทันตาเห็น เพราะบางคนอาจต้องใช้เวลา ก็อย่าด่วนใจร้อนหันไปใช้วิธีการแบบเดิมๆ ให้มีความอดทน ใช้น้ำเย็นเข้าลูบแทนจะใช้น้ำร้อน (คำพูด) สาดใส่ ให้เขาเห็นว่าพ่อแม่รักเขาจริงๆ ห่วงใยเอื้ออาทรต่อเขา ไม่ช้าเขาก็จะสำนึกกลับตัวกลับใจ

หากลูกติดยาเสพติด ก็พาลูกไปบำบัด ไปเป็นเพื่อนลูกให้กำลังใจลูก

มุทิตา ยินดีชื่นชมต่อเขา ด้วยการแสดงให้เขาเห็นเมื่อเขาทำดีในเรื่องต่างๆ บางคนเลี้ยงลูกโดยไม่ชมลูกต่อหน้า หากชมก็ไปแอบชมลับหลัง เพราะกลัวว่าถ้าชมแล้วลูกจะได้ใจ จะเหลิง นี่เป็นความคิดที่ผิด เมื่อไม่ชม

แล้วลูกจะรู้อย่างไรว่าที่ตนทำไปแล้วนั้นดีในสายตาของพ่อแม่ ทั้งๆที่ลูกต้องการคำชมจากพ่อแม่ยิ่งกว่าคนอื่นๆ แต่ถ้าลูกทำผิดกลับถูกดุต่อหน้า เมื่อเป็นเช่นนี้ลูกจะรู้สึกว่า ทำอะไรๆ ก็ไม่ดี เพราะถูกดุอยู่เรื่อยไม่มีคำชม อุตส่าห์ทำดีแทบตาย ไม่เห็นมีใคร (พ่อ-แม่) เห็นความดีเลย ลูกจึงหมดกำลังใจที่จะทำความดี จึงทำชั่วประชดพ่อแม่เสียเลย พ่อแม่บอกอย่างหนึ่งลูกทำอีกอย่างหนึ่ง ที่เป็นเช่นนี้เพราะลูกต้องการประชดพ่อแม่

ด้วยเหตุนี้มุทิตาธรรมของพ่อแม่จึงเป็นสิ่งที่ลูกต้องการมาก ๆ เพราะเมตตา กรุณาลูกได้รับจนรู้สึกชาชินมาแล้ว

อุเบกขา คือการรู้จักวางใจ หลังจากได้ใช้หลักเมตตา กรุณา มุทิตาต่อลูกแล้ว หากลูกยังไม่เปลี่ยนพฤติกรรม ยังทำตัวเหลวไหลอีก พ่อแม่ควรทำใจ ตัดใจเสียว่าเป็นกรรมของเขา ต้นทุนกรรมเก่าแต่อดีตชาติ เขาทำไว้ไม่ดีชาตินี้ยังซ้ำเติมตัวเองเข้าไปอีก เราได้ช่วยเขาอย่างสุดจิตสุดใจแล้ว หากเขาไม่รักดี ก็เป็นกรรมของเขา วางใจไม่ต้องทุกข์กับเขา คิดเสียว่า ชีวิตเป็นของไม่แน่นอน วันหน้าเขาอาจจะกลับตัวกลับใจดีขึ้นก็ได้

ปัญหาวัยรุ่นมักจะเกิดในช่วงวัยรุ่น ผ่านวัยรุ่นไปแล้วพฤติกรรมที่ไม่ดีดังกล่าว ส่วนใหญ่แต่ละคนจะเลิกไปเอง น้อยรายนักที่จะติดตัวไปจนถึงแก่เฒ่า นอกจากติดบุหรี่,เหล้า,ซึ่งบางรายติดไปจนตาย เพราะซื้อง่ายไม่ผิดกฎหมาย ที่สำคัญเขาเห็นผู้ใหญ่ในครอบครัวยังเสพเลย อย่างไรก็ตามพฤติกรรมดังกล่าวทำให้เสียโอกาสดีๆ ในวัยของการศึกษาเล่าเรียน

ตรงข้ามกับพฤติกรรมที่ไม่ดีของผู้ใหญ่ที่ติดตัวอยู่ยาวนาน ยังเลิกไม่ได้ บางคนติดการพนันนับ ๓๐-๔๐ ปี หวยใต้ดินบนดิน ก็ถือเป็นการพนัน บางคนติดอบายมุขไปจนตาย

การพนันทำลายชีวิตตนและครอบครัว บุหรี่ทำลายสุขภาพ บาง

รายถึงกับตายเพราะบุหรี่เป็นสาเหตุ เหล้า ยิ่งหนักเข้าไปใหญ่ ทำลายสุขภาพตนผลาญเงิน(ทีละเล็กละน้อย) ทำลายความน่าเชื่อถือของตน บางรายเมื่อเมาขาดสติถึงกับเป็นฆาตกรบนท้องถนน ฆ่าตนเอง ฆ่าผู้อื่น ทำลายทรัพย์สินทั้งของตนและผู้อื่น สถิติอุบัติเหตุเพราะสุรา ในช่วงมีวันหยุดติดต่อกันหลายวัน เช่น ปีใหม่ สงกรานต์ของไทย เป็นสถิติน่าจะติดอันดับต้นๆ ของโลก

ผู้เขียนไม่เข้าใจเลยว่า เหตุใดจึงอนุญาตให้มีการโฆษณาเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทางโทรทัศน์ ทั้งๆ ที่ห้ามโฆษณาบุหรี่โดยเด็ดขาด ใครๆ ก็รู้ว่าเหล้าเบียร์มีพิษภัยร้ายแรงกว่าบุหรี่มาก แต่เหตุใดจึงให้โฆษณากันอย่างเอิกเกริก ผู้เขียนไม่เข้าใจ ปัญญาอ่อนจริงๆ ในเรื่องนี้

ยังมีกรณีอื่นๆ อีกมากมายที่เป็นอยู่ในปัจจุบันของแต่ละบุคคล ดังได้กล่าวมาแล้วว่า เรื่องที่เป็นอยู่หากเป็นเรื่องที่ไม่ดีนำทุกข์มาให้ ควรใช้หลักมุมมองกลับไปในทางที่ดี แต่ถ้าหากเป็นเรื่องดี เช่น เป็นความสุข ความสำเร็จ ควรใช้หลักคิดอย่างไรต่อเรื่องดังกล่าว

หากสิ่งที่ได้ มี เป็น ในปัจจุบันอยู่ในสถานะที่ดี มีความสุข ควรใช้หลักคิดว่า นั่นเป็นเพราะผลของความดี เช่น ความขยันหมั่นเพียร ตลอดจนคุณงามความดี และความสามารถที่เราได้ทำไว้ จึงนำความสำเร็จมาให้เพื่อเป็นกำลังใจว่าจะรักษาและเพิ่มพูนคุณธรรมความดีเหล่านี้ให้ยิ่งขึ้นไปอีก ขณะเดียวกันก็มองอนาคตว่าเป็นของไม่แน่นอนดังที่ได้กล่าวไว้ในตอนต้นเรื่องแล้ว

๓.เรื่องในอดีตให้นำมาเป็นบทเรียน

เรื่องที่ผ่านมาทุกเรื่องเป็นอดีตซึ่งไม่มีใครเปลี่ยนให้เป็นอย่างอื่นไปได้ บางเรื่องนำมาซึ่งความสุขสมหวัง แต่บางเรื่องนำความทุกข์ระทมให้แก่ผู้

เป็นเจ้าของ บุคคลควรมีแง่คิดมุมมองกับเรื่องในอดีตอย่างไร จึงจะเป็นประโยชน์ต่อชีวิต

หากเป็นเรื่องที่ดีมีความสุขในช่วงนั้น แต่บัดนี้ชีวิตกลับพลิกผันไปจากอดีต เช่น เมื่อก่อนเคยมีชีวิตที่รุ่งโรจน์ มีทั้งลาภ ยศ สรรเสริญ สุข มีทรัพย์สินเงินทองมาก เป็นที่ยกย่องนับถือของคนทั่วไป มีลูกน้องบริวารมาก มีสถานะหรือตำแหน่งหน้าที่การงาน (หรือในสังคม) สูง ใครๆ ก็รู้จัก หรือหากบางคนเคยเด่น เคยดัง มีความสำเร็จ มีชื่อเสียง เป็นที่ยอมรับของคนในแวดวงเดียวกัน แต่บัดนี้สิ่งที่เคยได้ เคยมี เคยเป็นกลับหายไป มีฐานะความเป็นอยู่ลดลง บางคนถึงกับฝืดเคือง ผู้คนไม่กล่าวขวัญยกย่องเหมือนเมื่อก่อน มีชีวิตความเป็นอยู่อย่างเงียบๆ เดียวดาย

ผู้ประสบสถานะดังกล่าว หากขาดสติปัญญาแล้ว ก็จะคิดถึงอดีตด้วยความทุกข์ระทมขมขื่น โหยหาอาลัยต่อความรุ่งเรืองในอดีต อยากให้สถานะดังกล่าวกลับคืนมา แม้วันคืนจะผ่านไป แต่ก็ยังปล่อยความคิดและอารมณ์ให้จมปลักอยู่กับเรื่องราวในอดีต

ผู้ที่มีความคิดเช่นนี้ ส่วนใหญ่ จะโทษคนอื่นว่าปฏิบัติกับตนไม่เหมือนเดิม เช่น โทษลูกน้องบริวาร เพื่อนสนิทมิตรสหายแม้เครือญาติที่เคยมาห้อมล้อมหาประโยชน์จากตน แต่ปัจจุบันคนเหล่านี้หลบหน้าหลบตากันไปสิ้น ไม่เยี่ยมเยือนไปมาหาสู่กันดังเคย เขาจะคิดถึงคนเหล่านั้นด้วยความขุ่นเคือง หาว่าเป็นคนอกตัญญูไม่รู้คุณคน

หรืออาจจะโทษสิ่งต่างๆ ที่ทำให้ชีวิตของตนตกต่ำลง กล่าวได้ว่าเขาเป็น**นักโทษ** คือโทษคนโน้น คนนี้ สิ่งนั้น สิ่งนี้ ชีวิตของ**นักโทษ** มีแต่ความทุกข์เพราะความเห็นผิดสร้างคุกขังใจของตัวเอง จึงวนเวียน อยู่ในความคิดขุ่นเคือง โทษสิ่งต่างๆ อยู่ร่ำไป

หากเป็นนักโทษที่ฉลาด ควรจะโทษตัวเองมากกว่า เพราะตัวเอง

เป็นผู้นำพาชีวิตของตนด้วยการกระทำของตน (กรรม) เป็นผู้ลิขิตชีวิตตน

ผู้มีปัญญาทางธรรมย่อมเข้าใจว่า สิ่งทั้งหลายเปลี่ยนแปลงไป (อนิจจัง) ตามเหตุปัจจัย เพราะทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ (ทุกขัง) และไม่สามารถบังคับให้คงที่ได้ดังปรารถนา (อนัตตา) เมื่อเป็นเช่นนี้เขาจะยอมรับการเปลี่ยนแปลงด้วยความเข้าใจ ส่วนเหตุปัจจัยที่ทำให้เปลี่ยนเขาจะนำมาทบทวนเพื่อเป็นบทเรียน

พระพุทธองค์ตรัสว่า **ธรรมทั้งหลาย** (สรรพสิ่งทั้งหลาย) **เกิดแต่เหตุมีเหตุเป็นแดนเกิดและดับไปเมื่อเหตุปัจจัยที่ทำให้เกิดนั้นหมดไป**

ด้วยหลักธรรมดังกล่าว เขาจะทบทวนถึงเหตุปัจจัยที่นำมาสู่ความรุ่งเรือง และความตกต่ำของตน ด้วยปัญญาวิเคราะห์

เหตุปัจจัยที่มีผลต่อการเกิด-การดับของสรรพสิ่งทั้งหลายมีหลายเหตุปัจจัย ซึ่งอาจจำแนกได้ ๓ ลักษณะคือ

๑. เหตุปัจจัยภายใน คือตัวบุคคลผู้นั้นเป็นผู้สร้างเหตุ

๒. เหตุปัจจัยภายนอก คือปัจจัยแวดล้อมของสิ่งภายนอกที่เข้ามาเกี่ยวข้อง

๓. เหตุปัจจัยภายในและภายนอกผสมกัน

เหตุปัจจัยภายในที่ทำให้เขารุ่งเรือง อาจจะมีเพราะกรรมเก่าในอดีตชาติ ส่งผลทางแรงบุญหรือกุศลกรรม บวกกับกรรมดีที่ทำไว้ในปัจจุบันสั่งสมกันไว้ สมทบกับกรรมเก่า จึงผลักดันให้ขึ้นสู่ความรุ่งเรือง กรรมดีในปัจจุบันได้แก่ ความขยันหมั่นเพียร อันนำมาซึ่งความสำเร็จในการงานหรืออาชีพ ความประพฤติในทางที่เกื้อกูลต่อความสำเร็จ หรือพฤติกรรมอื่นๆ ของบุคคลนั้น ในเวลานั้น นี่คือเหตุปัจจัยภายในที่เขาสร้างขึ้นด้วยตัวเขาเอง

เหตุปัจจัยภายนอกที่ช่วยผลักดันให้เขาประสบความสำเร็จมีมากมายหลายปัจจัย ยากที่จะเขียนได้ครบ แต่อาจจะเห็นได้อย่างชัดเจน

จากสิ่งที่มีส่วนสัมพันธ์กับเขาในขณะนั้น เป็นต้นว่า ถ้าทำราชการรัฐวิสาหกิจ หรือรับจ้างในอาชีพธุรกิจเอกชน ผู้บังคับบัญชามีส่วนสำคัญต่อความก้าวหน้าในตำแหน่งหน้าที่ เขาอาจจะได้รับความเมตตาจากผู้บังคับบัญชาช่วยส่งเสริมสนับสนุน ซึ่งความสัมพันธ์อันดีระหว่างเขากับผู้บังคับบัญชาดังกล่าว มีเหตุมาจากกรรมที่ทั้งสองฝ่ายได้เคยเกื้อกูลกันมาแต่อดีต นอกจากนี้อาจจะมีเพื่อนร่วมงาน หรือบุคคลอื่นเข้ามาสนับสนุน เป็นผลให้งานของเขามีความก้าวหน้า หรืออาจมาจากผลประกอบการขององค์กรในช่วงนั้นอยู่ในช่วง**ขาขึ้น** มีความเจริญเติบโตสูงก็เป็นได้

หากเป็นผู้ประกอบธุรกิจส่วนตัว เหตุปัจจัยภายนอกที่เกื้อกูลต่อความสำเร็จ อาจจะมาจากสภาพเศรษฐกิจที่เกื้อกูลต่อธุรกิจของเขา สินค้าหรือบริการของเขาเป็นที่นิยมของลูกค้า คู่แข่งยังมีไม่มากและยังไม่เข้มแข็ง รูปแบบขององค์กรเหมาะสมกับธุรกิจขนาดนั้นในยุคนั้น หรืออาจจะมีปัจจัยอื่นๆ เข้ามาสมทบก็เป็นได้

เมื่อได้รับความสำเร็จ มีฐานะ ชื่อเสียง เกียรติยศ ย่อมเป็นที่รู้จักกันในวงการ มีญาติมิตรและบริวารมาพึ่งพิงมาก จุดนี้มักจะเป็นจุดหักเหของชีวิต ทำให้พฤติกรรมของคนส่วนใหญ่ที่อยู่ในสถานะนี้เปลี่ยนไป นั่นคือใช้จ่ายฟุ่มเฟือย หลงระเริงในสถานะที่เป็นอยู่ คุณธรรมความดีที่เคยมีเริ่มเสื่อมลง เพราะหันไปมั่วสุมในเรื่องสุรา –นารี บางคนพ่วงด้วยพาชี-กีฬาบัตร (หรือการพนัน) ชอบคนประจบสอพลอ หน้าใหญ่ใจโต ใช้เงินเป็นเบี้ยตามใจตัวเอง เอาแต่ใจตัว เริ่มมีศัตรู (คู่แข่ง) มีผู้อิจฉามากขึ้น พฤติกรรมดังกล่าว เป็นปัจจัยภายในที่ตัวเองสร้างขึ้น กัดกร่อนตัวเองเหมือนสนิมเหล็กกัดกินเนื้อเหล็กสมดังโคลงโลกนิติที่ว่า

สนิมเหล็กเกิดแต่เนื้อ ในตน
กินกัดเนื้อเหล็กจน กร่อนขร้ำ (คร่ำ)
บาปเกิดแต่ตนคน เป็นบาป
บาปย่อมทำโทษซ้ำ ใส่ผู้บาปเอง

หากเขามิได้มีพฤติกรรมเสื่อมเสียในเรื่องดังกล่าว แต่เป็นเพราะเกษียณ ตำแหน่งหน้าที่ซึ่งเป็นหัวโขนก็ถูกถอดออก รายได้ลดลง ลูกน้องหมดไป บริวารลดไป

ด้านปัจจัยภายนอก หากเขาทำงานกินเงินเดือน อาจจะมีการเปลี่ยนแปลงผู้บังคับบัญชา หรือโยกย้ายงาน หรือประสิทธิภาพการทำงานของตนต่ำลง เป็นเหตุให้ความก้าวหน้าในหน้าที่การงานชงักลง หรือช่องทางทำมาหารายได้พิเศษ(นอกจากเงินเดือนและผลตอบแทนโดยชอบ)ถูกตัดขาดลง ทำให้รายได้ลดลง

หากเขาทำธุรกิจ สภาพธุรกิจตลอดจนผู้บริโภคเปลี่ยนไป ไม่เอื้ออำนวยต่อธุรกิจของเขา หรือคู่แข่งมีความก้าวหน้าแย่งชิงส่วนแบ่งการตลาดของเขาไป หรือเขาอาจจะตัดสินใจผิดพลาดในการลงทุน เพราะชะล่าใจขยายการลงทุนอย่างไม่ระมัดระวัง เป็นต้น ปัจจัยดังกล่าวเป็นผลให้สถานะของเขาตกต่ำลง

เมื่อเงินลดลงไม่รวยเหมือนก่อน อำนาจบารมีทางเศรษฐกิจก็ลดลง เมื่อตำแหน่งหน้าที่ไม่อยู่ในจุดเด่น จุดศูนย์รวมของอำนาจ ลูกน้องบริวารก็ลดลง นี่เป็นเรื่อง**โลกธรรม** เป็นธรรมที่ครอบคลุมทุกชีวิตไว้ กล่าวคือ

มีลาภ - เสื่อมลาภ
มียศ - เสื่อมยศ
มีสุข - มีทุกข์
มีสรรเสริญ - มีนินทา

เป็นของคู่กันซึ่งทุกคนจะต้องเผชิญ

หากบุคคลที่เสื่อมจากลาภ ยศ สรรเสริญ สุข นำอดีตที่ผ่านมา ขึ้นมาพิจารณาหาเหตุปัจจัยแห่งความเสื่อมดังกล่าว ผู้ฉลาดเขาจะไม่โทษเหตุปัจจัยภายนอก เพราะเหตุปัจจัยภายนอกเป็นเรื่องที่เขาควบคุมไม่ได้ ใครจะไปควบคุมเศรษฐกิจ ผู้บริโภค คู่แข่งขันได้

หรือหากเป็นตัวบุคคลใครจะควบคุมจิตใจของคนอื่นได้

เมื่อเป็นเช่นนี้เขาจะเพ่งความสนใจมาที่**เหตุปัจจัยภายใน** คือตัวเขาเอง หากเหตุแห่งความเสื่อมมาจากข้อผิดพลาดของตนเอง เขาจะย้อนมองถึงปัจจุบันว่า ขณะนี้เขายังประพฤติตัวอยู่อย่างนั้นอีกหรือไม่ หากยังประพฤติอยู่ให้เลิกเสีย ถ้าไม่เลิกก็จะฉุดลากตนให้ตกต่ำลงไปอีกเรื่อยๆ จนสิ้นชีวิต และจะส่งกำลังตามไปฉุดอีกในชาติหน้า

หากตนได้เลิกพฤติกรรมนั้นแล้ว ก็ดีแล้ว นำอดีตที่ผิดพลาดเป็นบทเรียนสอนตัวเองให้ระวังว่า

อย่าทำอย่างนั้นอีก

ด้วยการมองอดีตในมุมมองดังกล่าวจึงเป็นการมองอย่างสร้างสรรค์หาสาระประโยชน์ให้ชีวิต มองเพื่อพัฒนาตนเอง แก้ไขตนเอง ให้ดียิ่งๆ ขึ้นไป ที่สำคัญอย่านำอดีตมาเป็นเรื่องขื่นขม ระทมทุกข์ เพราะไม่เกิดประโยชน์ใดๆ เลย

บางคนมีอดีตที่ผิดพลาด ทำสิ่งที่เป็นบาปอกุศล สิ่งนั้นเตือนจิตเตือนใจให้คิดถึงอยู่เนืองๆ ด้วยใจที่เป็นทุกข์ เมื่อเป็นเช่นนี้ควรจะทำเช่นไร

ให้ดูว่าเมื่อเราทำสิ่งที่ไม่ดีไปแล้ว ปัจจุบันยังทำหรืออนาคตยังคิดจะทำสิ่งนั้นอีกหรือไม่ ถ้ายังคิดจะทำอีก ก็ให้นำผลเสียหรือทุกข์ โทษ ภัย ของการกระทำดังกล่าวมาสอนใจ ข่มขู่ใจว่าอย่าทำเช่นนั้นอีก ให้ใจเกรงกลัว

ต่อทุกข์ โทษ ภัย ที่เกิดขึ้น

แต่ถ้าเราไม่คิดจะทำอีก ด้วยสำนึกในบาปกรรม ก็ให้ลืมเรื่องนั้นเสีย อย่านำมาพะวงครุ่นคิดอีก เพราะการย้ำเตือนในสิ่งที่ไม่ดีทำให้ใจเป็นทุกข์อยู่เนืองๆ ไม่ควรกระทำ หากได้เบียดเบียนผู้อื่น ก็ให้ทำบุญ อุทิศส่วนกุศลให้เจ้ากรรมนายเวร ขออโหสิกรรมเสีย แล้วให้ลืมสิ่งนั้นไป

อดีตของบางคนไม่เป็นเช่นนั้น ยากจนขัดสนมีหนี้อยู่มากมาย แม้ปัจจุบันก็ยังอยู่ในสถานะดังกล่าว เมื่อเป็นเช่นนี้จะมองอดีตของตนในแง่มุมใด

ให้วิเคราะห์ความยากจนขัดสนและหนี้ที่มีอยู่ โดยใช้หลักเหตุปัจจัยภายในและภายนอกมาพิจารณา

เหตุปัจจัยภายในก็คือตนเอง ให้สำรวจดูว่าความจนและหนี้สินเกิดจากการกระทำของตนหรือไม่ เป็นต้นว่า ใช้จ่ายฟุ่มเฟือยเกินฐานะ อันเป็นสาเหตุสำคัญของความจนและหนี้สิน

ขอให้พิจารณาพฤติกรรมดังต่อไปนี้

นักธุรกิจซื้อรถยนต์โก้หรูราคาคันละ ๕ ล้านบาท

หัวหน้างานระดับกลางซื้อรถยนต์คันละ ๖ แสนบาท

เสมียนพนักงานเบี้ยน้อย ซื้อจักรยานยนต์คันละ ๕ หมื่นบาท

พฤติกรรมการใช้เงินของคนทั้ง ๓ ยังบอกไม่ได้ว่าใครฟุ่มเฟือย ใช้เงินเกินฐานะ จนกว่าจะได้ทราบถึงรายได้ของเขา

นักธุรกิจมีเงิน ๑๐๐ ล้าน ซื้อรถคันละ ๕ ล้าน เพื่อติดต่องานและเพื่อสร้างความเชื่อถือให้กับคู่ค้า เขาสามารถซื้อเงินสดได้โดยไม่ต้องผ่อน

หัวหน้างานระดับกลางมีเงินเดือน ๔ หมื่นบาท เงินดาวน์รถยนต์มีอยู่แล้วไม่ต้องกู้ เงินผ่อนค่างวดก็ผ่อนได้โดยไม่เดือดร้อน

เสมียนพนักงานเห็นเพื่อนมีรถก็อยากจะมีบ้าง ไม่ได้รถยนต์ซื้อรถจักรยานยนต์ก็ยังดี เขามีเงินเดือน ๖ พันบาท เงินดาวน์ต้องไปกู้เขามา ลำพังเงินเดือนก็แทบไม่พอใช้อยู่แล้ว การผ่อนค่างวดจะไปได้ตลอดรอดฝั่งหรือไม่ยังเป็นปัญหา

เมื่อทราบข้อมูลดังนี้แล้ว คงตอบได้ว่าใครใช้เงินฟุ่มเฟือยเกินฐานะ

ดังนั้นเมื่อรู้ตัวว่าตนยังลำบากยากจน มีหนี้สินอยู่มากมายก็ให้สำรวจดูว่าปัจจุบันนี้ยังผ่อนอะไรอยู่

มีคนจำนวนมากในโลกนี้ที่ยังไม่มีทรัพย์สินซึ่งนำความสะดวกสบายให้กับชีวิตเป็นของตนเอง เช่น บ้าน รถ เครื่องปรับอากาศ เครื่องเสียง ตู้เย็น ทีวี หรือแม้กระทั่งพัดลม โดยเฉพาะคนที่อยู่ในประเทศที่ยากจน

แต่เขาเหล่านั้นก็ยังมีชีวิตความเป็นอยู่อย่างปกติสุข ความสุขจึงไม่ได้อยู่ที่วัตถุเพียงอย่างเดียว หากอยู่ที่จิตใจ ซึ่งมีความสำคัญยิ่งกว่า

เมื่อยังไม่มีฐานะพอที่จะซื้อ จะดาวน์หรือจะผ่อนก็อย่าด่วนมี อันทำให้เป็นหนี้ชักหน้าไม่ถึงหลัง อยู่อย่างจนๆ ขาดแคลนเครื่องบริโภคส่วนเกินของชีวิตไปก่อน โดยตั้งหน้าตั้งตาทำงาน เก็บหอมรอมริบประหยัด

ความจนไม่ใช่สิ่งที่น่ารังเกียจ เพราะความจนไม่เป็นอุปสรรคปิดกั้นการสร้างคุณงามความดี คนจนก็เป็นคนดี มีคุณธรรมและอยู่อย่างมีความสุขได้

ความชั่วต่างหากที่ควรรังเกียจและควรระวัง เพราะความชั่วเกิดขึ้นได้กับทุก ๆ คน ไม่ว่าจะเป็นคนจนหรือคนรวย มีการศึกษาต่ำหรือสูง ตลอดจนมีตำแหน่งหน้าที่การงานต่ำหรือสูง

ผู้ที่มีฐานะยากจน อาจมีสาเหตุมาจากกรรมเก่าในอดีตชาติซึ่งทำทานมาน้อย ไม่สงเคราะห์ผู้ที่ควรสงเคราะห์ ดังได้กล่าวมาแล้วในเรื่องต้นๆ แม้ว่ากรรมเก่าจะส่งผลให้จน แต่เราสามารถสร้างกรรมใหม่เอาชนะความ

จนได้

พระพุทธองค์ตรัสว่า บุคคลในโลกนี้มี ๔ ประเภท คือ

มามืด ไปมืด *(ตะโม ตะมะ ปะรายะโน)*

มาสว่าง ไปมืด *(โชติ ตะมะ ปะรายะโน)*

มามืด ไปสว่าง *(ตะโม โชติ ปะรายะโน)*

มาสว่าง ไปสว่าง *(โชติ โชติ ปะรายะโน)**

ผู้ที่มามืด ไปมืด คือมีต้นทุนบุญเก่าที่ทำไว้น้อย จึงนำพามาเกิดในครอบครัวยากจน มีชีวิตลำบากขัดสนตั้งแต่เด็กๆ ครั้นเติบโตมาก็ไม่ขวนขวายพัฒนาชีวิต ไม่ขยันหมั่นเพียร ไม่พัฒนาตน ไม่พัฒนาอาชีพ ไม่เก็บหอมรอมริบ ใช้จ่ายเกินฐานะ ไม่ประหยัด ไม่เชื่อเรื่องบุญ-กุศล ตรงข้ามกลับทำบาป-อกุศล ชีวิตจึงจมปลักอยู่ในความลำบากยากจน เมื่อตายไปจึงไปเกิดในอบายภูมิ ได้ชื่อว่าเป็นผู้ที่**มามืด ไปมืด**

ผู้ที่มาสว่าง ไปมืด มีต้นทุนบุญเก่ามามากจึงนำพาไปเกิดในครอบครัวที่มั่งมี แต่กลับไม่ใช้โอกาสอันดีสร้างชีวิต ตรงข้ามกลับประพฤติตัวไม่ดีเกียจคร้านการเรียน คบเพื่อนไม่ดี หมกมุ่นในอบายมุข ผลาญทรัพย์สมบัติ โตขึ้นก็ไม่ขยันหมั่นเพียรในการประกอบอาชีพ ไม่เชื่อ และไม่สนใจในบุญ-กุศล ตรงข้ามกลับทำบาป-อกุศล ชีวิตจึงตกต่ำลำบากขัดสน เมื่อตายไปจึงไปเกิดในอบายภูมิ ได้ชื่อว่าเป็นผู้**มาสว่างไปมืด** พวกนี้มีโอกาสดีแต่กลับสร้างวิกฤตให้ตนเอง

---

* *หากต้องการศึกษาเรื่องนี้เพิ่มเติมอ่านได้จากเรื่อง* ***กรรมและการเวียนว่ายตายเกิด*** ของผู้เขียน

ผู้ที่มามืด ไปสว่าง แม้ต้นทุนบุญเก่าทำไว้น้อย นำพาไปเกิดในครอบครัวยากจน ตอนเป็นเด็กลำบากขัดสน อาจจะไม่ได้เรียนมาก แต่ขยันขันแข็ง มานะบากบั่นสร้างตัว พัฒนาความรู้ความสามารถและอาชีพขึ้นเรื่อยๆ รู้จักประหยัดเก็บออม ไม่ใช้จ่ายเกินตัว เป็นผู้ที่ใฝ่ในบุญ-กุศล ชีวิตความเป็นอยู่จึงดีขึ้นเรื่อยๆ จนมีฐานะมั่นคง เมื่อตายไปจึงได้ไปเกิดในสุคติภูมิ ได้ชื่อว่าเป็นผู้**มามืด ไปสว่าง** พวกนี้นำเอาวิกฤตมาสร้างเป็นโอกาสให้ชีวิต

ส่วนผู้ที่**มาสว่าง ไปสว่าง** ไม่ต้องอธิบายรายละเอียด ผู้อ่านก็คงจะคิดเอาเองได้

จะเห็นได้ว่าเราสามารถเอาชนะชะตากรรมในอดีตได้ แม้ว่ากรรมเก่าที่ทำไปแล้ว เป็นหนี้ที่จะต้องชดใช้ แต่หากสะสมกรรมใหม่ให้เป็นกรรมดีไว้มากๆ กรรมดีจะช่วยเกื้อกูลหนุนส่งให้ชีวิตของเราเจริญรุ่งเรืองขึ้นได้

ให้เข้าใจว่าทุกชีวิตเปลี่ยนแปลงได้เสมอ จากคนดี-เป็นคนไม่ดี หรือจากคนไม่ดี-เป็นคนดี ในทำนองเดียวกัน จากคนรวยเป็นคนจนและจากคนจนเป็นคนรวย เป็นไปได้ทั้งนั้น อยู่ที่การกระทำ (กรรม) ของแต่ละคน

เมื่อเป็นเช่นนี้ลองสำรวจดูว่า อะไรเป็นสาเหตุทำให้เราจนโดยนำหลักเหตุปัจจัยภายใน คือเหตุที่เกิดจากตนเองมาพิจารณา ส่วนเหตุปัจจัยภายนอกปล่อยวางไว้ก่อน เพราะเราต้องการแก้ไขตัวเรา เนื่องจากเราไม่สามารถไปแก้ไขเหตุปัจจัยภายนอกได้ ที่เราจนอาจเป็นเพราะว่า

๑. เรียนมาน้อยจึงได้งานที่มีเงินเดือนต่ำ หรือ

๒. เรียนมาพอสมควรแต่องค์กรที่ทำอยู่ให้ผลตอบแทนต่ำ หรือ

๓. ประกอบอาชีพส่วนตัว เป็นอาชีพที่มีกำไรน้อย เป็นต้น

เมื่อได้สาเหตุอันเป็นต้นเหตุมาจากตัวเราแล้ว ลองหาวิธีแก้ไขดู

๑. **หากเรียนมาน้อย** จะหาทางเรียนต่อเพิ่มเติมได้หรือไม่ การศึกษาปัจจุบันเปิดกว้างมากให้คนได้มีโอกาสศึกษายังไม่ต้องลาออกจากงาน ทำงานไปด้วยเรียนไปด้วยก็ได้ บางคนอายุมากกว่า ๖๐ ปีหรือแม้ถูกคุมขังอยู่ในเรือนจำ ยังเรียนมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราชได้ จบปริญญาด้วย หากไม่เรียนเอาปริญญา จะเรียนหลักสูตรสั้นๆ เสริมวิชาชีพก็ได้ เช่น คอมพิวเตอร์ เป็นต้น มีคนจำนวนมากที่ศึกษาเพิ่มเติมหลังจากที่ทำงานแล้ว ผู้เขียนก็เช่นกัน ทำงานไปด้วยเรียนปริญญาโทไปด้วย (พ.ศ.๒๕๑๒-๒๕๑๔) อย่าไปอ้างว่าไม่มีเงินเรียนเลย เรียน มสธ.หรือรามคำแหงใช้เงินน้อยกว่าเงินที่เอาไปเที่ยว สูบบุหรี่ กินเหล้า (สำหรับบางคน) เสียอีก เราไม่เอาจริง ไม่มุ่งมั่นจริง เกียจคร้านต่างหาก

การเรียนช่วยเพิ่มความรู้และทัศนคติ เปิดโอกาสให้เราหางานดีกว่าเดิมได้ หรือได้เลื่อนตำแหน่งสูงขึ้น

๒. **หากองค์กรที่ทำอยู่ให้ผลตอบแทนต่ำ** ก็น่าจะลองหางานใหม่ที่ให้ผลตอบแทนสูงๆ อย่ากลัวการเปลี่ยนแปลง เพราะการเปลี่ยนแปลงคือโอกาสของชีวิต ที่เราจะทำในสิ่งที่อยากจะทำ

ผู้เขียนเมื่อสมัยเป็นฆราวาสทำงานมานานนับ ๓๓ ปี เปลี่ยนงาน ๑๑ ครั้ง จำได้ว่าหลังจบปริญญาตรี (พ.ศ.๒๕๑๐) ไปของานเขาทำเดือนแรกไม่ได้เงินเดือน เพราะเราไปขอเขาทำ ไปเพื่อขอโอกาสพิสูจน์ให้เห็นว่า ตัวเรามีความเหมาะสมที่จะทำงานให้เขาได้ จากนั้นก็ได้รับการบรรจุทำงานด้านทีวีเป็นเจ้าหน้าที่เขียนบทภาพยนตร์ที่รัฐวิสาหกิจแห่งหนึ่ง ทำได้สัก ๔ ปี ก็เปลี่ยนไปยังธนาคาร ไปยังราชการ (เป็นอาจารย์ที่มหาวิทยาลัยของรัฐแห่งหนึ่ง) ไปยังสถาบันการเงินอีก ๓ แห่ง ไปยังธุรกิจผลิตยาและเครื่องสำอาง

ไปยังธุรกิจอุตสาหกรรมผลิตรองเท้าเพื่อส่งออก ไปยังอุตสาหกรรมผลิตอาหารควบกับธุรกิจฝึกอบรม ไปยังองค์กรในเครือของรัฐ และไปยังองค์กรสาธารณกุศลเกี่ยวกับงานศาสนา มาจบที่บวชเป็นพระ ตั้งใจว่าที่นี่เป็นที่สุดท้ายของชีวิต

บางองค์กรที่ทำมีขนาดเล็กคนนับสิบ บางแห่งคนนับร้อยนับพัน หรือบางแห่งคนนับหมื่น การย้ายงานบางครั้งได้เงินเดือนเพิ่มจากที่เดิม ๒ เท่า แต่บางครั้งรายได้ลดลง ๕๐% งานที่เปลี่ยนไประหว่างองค์กรบางแห่งต่างกันโดยสิ้นเชิง ทุกครั้งต้องไปเริ่มต้นใหม่ ศึกษางาน ศึกษาคน ศึกษาวัฒนธรรมองค์กร ต้องปรับตัวอย่างมาก ขณะเดียวกันก็ต้องใช้ความอดทนสูง ทุ่มเทแรงกาย แรงใจ สติปัญญาและศักยภาพให้กับงาน ชนิดสุดจิตสุดใจ งานบางแห่งบางเดือนไม่ได้หยุดเลย แทบไม่น่าเชื่อ

กว่าจะเป็นที่ยอมรับของคนในองค์กร บางแห่งต้องใช้เวลาเป็นปี ต้องยอมขาดทุนทีแรก เพื่อที่จะได้กำไรภายหลัง หรือ our loss is our gain สมดังกระแสพระราชดำรัส ของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ที่ทรงให้ไว้ในวันเฉลิมพระชนมพรรษา เมื่อหลายปีที่ผ่านมา

จากประสบการณ์อันหลากหลายดังกล่าว เป็นประโยชน์ต่อผู้เขียนมากมายเหลือคณานับ และเมื่อย้อนกลับไปมองอดีตอันยาวนานที่ผ่านมาได้เห็นความผิดพลาดหลายอย่างที่ตนทำไว้ บางอย่างถามตัวเองว่า **นี่เราทำไปได้อย่างไร** เมื่อก่อนนี้ข้อผิดพลาดต่างๆ เห็นไม่มากนัก แม้จะเห็นก็เห็นอย่างผิวเผิน เพราะคิดเข้าข้างตัวเอง

ระหว่างข้อผิดพลาดล้มเหลวและความสำเร็จรุ่งโรจน์ในอดีตของบุคคล การเห็นข้อผิดพลาดย่อมมีคุณค่ากว่าการเห็นความสำเร็จ เพราะเป็นข้อเตือนใจให้เข็ดหลาบขาบจำว่า

ต่อไปอย่าทำอย่างนั้นอีก

เหตุที่ผู้เขียนนำเรื่องส่วนตัวมากล่าว ก็ด้วยเจตนาที่จะปลุกเร้าให้ผู้ที่กลัวการเปลี่ยนงาน หรือการเปลี่ยนแปลงว่า

จะกลัวไปใย ถ้าเราเป็นคนสู้ชีวิต

๓. **หากอาชีพส่วนตัวมีรายได้ต่ำมีกำไรต่ำ** ให้ลองปรับหาสินค้าและบริการใหม่มาเสริม ถ้าทำเลไม่ดีให้กล้าที่จะเปลี่ยนทำเล แม้กระทั่งย้ายถิ่นเหรือเปลี่ยนอาชีพ **เป็นนักลงทุนต้องกล้าเสี่ยง กล้าได้ กล้าเสีย เพราะสิ่งนี้คือคุณสมบัติของนักลงทุน**

การเปลี่ยนอาชีพ หรือสถานที่ จะช่วยกระตุ้นให้เราตื่นตัว ปลุกเร้าให้ขยันขันแข็ง ทุ่มเทความคิด สติปัญญา และศักยภาพที่มีอยู่ให้กับงาน เพราะการอยู่จำเจกับสิ่งเก่าๆ ที่คุ้นเคยจนชาชิน มักทำให้เราเฉื่อยลง ขาดความคิดริเริ่ม และขาดพลังในการต่อสู้

ผู้เขียนชอบเดินทางไปหาความรู้ในที่ต่างๆ ครั้งหนึ่งได้ไปพัก ณ หมู่บ้านแห่งหนึ่ง สมมุติชื่อว่าหมู่บ้านภูเมฆ เป็นหมู่บ้านเล็กๆ อยู่กันกระจัดกระจาย มีประชากรราว ๔๐๐ คน ได้เห็นความเป็นอยู่ของคนที่นี่แล้วได้ความคิดมากมาย

เจ้าของถิ่นเดิมเป็นชาวเขาโดยส่วนใหญ่ มีชนชาติอื่นผสมอยู่บ้าง ที่ดินมีความอุดมสมบูรณ์มาก มีภูเขาล้อมรอบทุกทิศทาง ต้นไม้ใหญ่ แม้จะถูกตัดโค่นไปก็ยังมีต้นไม้ขนาดกลางขึ้นมาแทนที่ ทำให้ภูเขาทุกลูกเขียวชอุ่ม ด้วยภูมิประเทศที่มีภูเขามากมายสลับซับซ้อน เป็นเสมือนกำแพงกีดกั้น ทำให้ผู้ที่จะมายังภูเมฆ มาด้วยความยากลำบาก

กระนั้นก็ยังมีผู้อพยพต่างถิ่น ที่ทยอยเข้ามาหาที่ทำกินที่หมู่บ้านภูเมฆโดยเฉพาะในรอบ ๑๐ ปีที่ผ่านมา บ้างมาจากอีสาน บ้างมาจากภาคตะวันออก จากภาคเหนือ บางรายมาจากกรุงเทพ และที่อื่นๆ ผู้อพยพ

เหล่านี้ส่วนใหญ่มากันมือเปล่า มิได้พกเงินหมื่นเงินแสน มาเริ่มต้นใหม่ หาอาชีพใหม่ ซึ่งส่วนใหญ่ตนไม่เคยทำมาก่อนเลย

พวกเขามาด้วยความมุ่งมั่นที่จะสร้างตัว วางรากฐานของชีวิตใหม่ไว้ที่นี่ จึงขยัน อดทนต่อการทำงานหนัก กล้าเสี่ยง กล้าทดลอง กล้าริเริ่ม เพราะตนไม่มีอะไรจะสูญเสียมากไปกว่านี้ จากประสบการณ์ในการต่อสู้เห็นการแข่งขันทางเศรษฐกิจจากถิ่นเดิม สร้างมุมมองให้เขามองเห็นช่องทางการทำมาหากิน มีวิสัยทัศน์ด้านการตลาดจึงเห็นทรัพยากรที่มีอยู่ที่นี่เป็นเงินเป็นทองไปหมด บางคนไม่เคยทำไร่มาก่อน ไม่เคยทำสวนมาก่อน ไม่เคยทำร้านอาหารมาก่อน ไม่เคยค้าขายมาก่อน ก็มาเริ่มมาลอง ณ ที่แห่งนี้ อย่างเอาจริงเอาจัง

ด้วยความขยันสู้งานสู้ชีวิตและประหยัด ช่วยให้คนเหล่านี้ประสบความสำเร็จ เหมือนกล้าไม้ที่ปลูกในดินที่อุดมสมบูรณ์ ได้หยั่งรากลงไปในดินที่มีสารอาหารอยู่รายรอบ ไม่ช้าก็เติบโตแผ่กิ่งก้านสาขา เป็นไม้ใหญ่สูงสะดุดตา ในเวลาอันรวดเร็ว เฉกเช่นผู้อพยพมาใหม่ เหตุใดจึงเป็นเช่นนี้

ทั้งนี้เพราะเจ้าของพื้นที่เดิม เคยอยู่กินกันอย่างสุขสบาย ในพื้นที่ที่มีทรัพยากรที่อุดมสมบูรณ์ จึงขาดความกระตือรือร้นที่จะหาเก็บหาสะสม เขาเพียงแต่หาพอกินไปวันๆ เวลาที่เหลือเฟือ ก็เอาแต่หาความสำราญให้กับชีวิต อยู่กันอย่างสบายๆ ไปวันๆ บางคนไม่ทำอาชีพอะไรเลย

นอกจากนี้ยังยึดติดอยู่กับประเพณีและความเชื่อบางอย่าง ที่เป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาตน พัฒนาอาชีพ และคุณภาพชีวิต ขาดวิสัยทัศน์ที่จะคิดถึงความเปลี่ยนแปลงในวันหน้า ไม่ว่าจะเป็นการเปลี่ยนแปลงทางระบบเศรษฐกิจของท้องถิ่น วิถีชีวิตซึ่งจะไปตามกระแสวัตถุ พวกเขาจึงถูกผู้อพยพจากต่างถิ่นที่มีความมุ่งมั่นสูงกว่ามีความขยันและศักยภาพเหนือกว่าเข้ามาช่วงชิงการทำกินและเบียดพื้นที่เข้าไปเรื่อยๆ กว่าจะตื่นตัวก็ถูกทิ้ง

ห่างไปไกลหลายช่วงตัว

กรณีของหมู่บ้านภูเมฆ ก็เหมือนกับทุกหนทุกแห่งในโลก ที่ผู้อพยพมามือเปล่าแต่สามารถสร้างเนื้อสร้างตัวกุมอำนาจทางเศรษฐกิจไว้ ขณะที่เจ้าถิ่นถูกเบียดถูกกลืน**ทั้งทางวัฒนธรรมและชาติพันธุ์**ไปเรื่อยๆ ไม่ช้าก็กลายเป็นคนกลุ่มน้อยไปโดยปริยาย ไม่ว่าจะเป็นสหรัฐอเมริกา ซึ่งหาคนอินเดียแดงเจ้าของถิ่นแทบไม่เจอ หรือที่ออสเตรเลีย แทบจะอนุรักษ์ชนเผ่าอบอริจิ้น เจ้าของถิ่นเดิมไว้ในพิพิธภัณฑ์ หรือที่ไต้หวัน เห็นแต่คนจีนเต็มไปหมด ชาวเขาเจ้าของถิ่นไม่รู้ว่าไปหลบอยู่ที่ซอกมุมใด เป็นต้น

จะเห็นว่าการเปลี่ยนอาชีพ เปลี่ยนถิ่นที่อยู่ไม่น่ากลัว หากอาชีพเดิมที่อยู่เดิม ทำมานานไม่ดีขึ้น มีแต่ถดถอยลงทุกวันๆ ก็ควรจะปฏิวัติตนเองครั้งใหญ่ ลองออกไปชนบท โดยเฉพาะที่ล้าหลังอยู่หรือที่ห่างไกล เพราะที่นั่นมีการแข่งขันน้อย ศักยภาพที่เรามีอยู่อาจจะแข่งขันกับเขาได้

ขอแต่เพียงเป็นผู้มีจิตใจหาญกล้า มีความอดทน ขยันหมั่นเพียร ประหยัด ย่อมสามารถยืนหยัดพลิกฟื้นชีวิตขึ้นได้สักวัน

มีพุทธพจน์บทหนึ่งกล่าวว่า

บุคคลล่วงทุกข์ได้ด้วยความเพียร

(วิริเยนะ ทุกขะมัจเจติ)

หมายความว่าไม่ว่าจะมีความทุกข์ใดๆ ซึ่งอาจจะเป็นปัญหาอุปสรรค ความยากจน ที่บุคคลกำลังเผชิญอยู่ หากมีความเพียรพยายามแก้ไขปัญหาอันเป็นเหตุแห่งทุกข์โดยไม่ย่อท้อวันหนึ่งก็จะผ่านพ้นทุกข์นั้นไปได้

มีความเพียรที่สำคัญยิ่งต่อการดำเนินชีวิต ก็คือ **ความเพียรชอบ** หรือ**สัมมาวายามะ** อันเป็นความเพียรที่อยู่ในอริยมรรคมีองค์ ๘ ซึ่งบุคคลควรนำไปดำเนินในชีวิต

ความเพียรชอบมี ๔ ประการคือ

๑. เพียรป้องกันอกุศลที่ยังไม่เกิดไม่ให้เกิด (สังวรปธาน)

หมายถึงป้องกันสิ่งไม่ดีหรือความชั่วที่เรายังไม่มีไม่เป็นอย่าให้มีเป็นแก่เรา เช่น รู้ว่าการพนันไม่ดี อย่าไปบ่อนการพนัน เพราะถ้าไปแล้วอาจจะอดเล่นไม่ได้ รู้ว่าเหล้าไม่ดีก็อย่าไปวงเหล้า ถ้าไปแล้วอาจจะอดดื่มไม่ได้ รู้ว่าคนนั้นเป็นคนไม่ดีก็อย่าไปสนิทชิดเชื้อด้วย มิฉะนั้นเขาอาจจะพาเราไปในทางไม่ดี เป็นต้น การป้องกันย่อมดีกว่าการแก้ไข

๒. เพียรละอกุศลที่มีอยู่ให้หมดไป (ปหานปธาน)

หมายถึงสิ่งที่ไม่ดีที่มีอยู่ในตัวเราให้พยายามแก้ไขสลัดออกเสีย เป็นต้นว่า นิสัยเกียจคร้าน เจ้าอารมณ์ ชอบเล่นการพนัน ชอบดื่มสุรา ฯลฯ สิ่งไม่ดีเหล่านี้คอยทำร้ายทำลายเรา ควรจะพยายามเลิกเสีย หรือให้เบาบางลง

๓. เพียรเปิดรับหรือสร้างกุศลให้เกิดขึ้น (ภาวนาปธาน)

หมายถึงคุณธรรมความดี หรือสิ่งอันเป็นบุญ-กุศลทั้งหลายอันเป็นมงคลของชีวิตที่เรายังขาดอยู่ ควรศึกษาหาความรู้ นำมาปฏิบัติให้มีอยู่ในตัวเรา ในทางโลกได้แก่การศึกษาหาความรู้ ความชำนาญในเรื่องต่างๆ ที่จำเป็น หรือเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนางาน พัฒนาอาชีพของเรา

ทางธรรม ควรเจริญ **ทาน ศีล ภาวนา** สำรวจดูว่าเรายังขาดเรื่องใด ให้ขวนขวายศึกษานำมาปฏิบัติ คนส่วนใหญ่ทำทานกันอยู่แล้ว ศีลเป็นเรื่องที่ต้องต่อสู้กับใจตัวเอง แม้รักษากันยาก ก็ต้องรักษา หากไม่ได้ทั้ง ๕ ข้อก็พยายามให้ได้มากขึ้นเป็นลำดับ สำหรับภาวนาคือการทำสมถะและวิปัสสนากรรมฐาน มีความสำคัญยิ่งกว่าทานและศีล คนส่วนใหญ่ไม่ได้ทำกัน และไม่รู้วิธีที่จะปฏิบัติจึงขออธิบายย่อๆ ดังนี้

สมถะกรรมฐาน คือ การทำสมาธิ เพื่อให้ใจจดจ่อในสิ่งที่ทำหรือ

สิ่งที่พิจารณาอยู่ อันจะทำให้ใจมีกำลัง มีความสงบ มีปีติ มีสุข และเป็นแรงหนุนส่งให้เจริญวิปัสสนากรรมฐาน

วิปัสสนากรรมฐาน คือ การฝึกปัญญาคิดเห็นสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง คือเห็นสิ่งทั้งหลายเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา (ไตรลักษณ์) เพื่อจะถอดถอนความยึดมั่นสำคัญผิดที่เคยมีมาแต่เดิม อันจะนำไปสู่การทำใจให้รู้จักปล่อยวางในสิ่งทั้งหลายได้

๔. เพียรรักษากุศลที่มีอยู่ให้งอกงาม ไพบูลย์ (อนุรักขนาปธาน)

หมายถึงความดีที่บุคคลมีอยู่ ต้องรักษาไว้ให้มั่นคง อย่าให้เสื่อมถอย ขณะเดียวกันก็พัฒนาให้งอกงามยิ่งๆ ขึ้น เป็นต้น

สรุป

หลักคิดถึงความเป็นจริงตามคำสอนในพระพุทธศาสนา มีวิธีคิดอยู่หลายวิธี นอกจากที่กล่าวมาข้างต้นทั้งหมดแล้ว ยังมีหลักของ**โยนิโสมนสิการ*** ซึ่งเป็นหลักที่ครอบคลุมสิ่งต่างๆได้กว้างขวาง อย่างไรก็ตาม หลักคิดที่นำเสนอไว้ในเรื่องนี้ หลายส่วนก็อยู่ในหลักของ**โยนิโสมนสิการ**อยู่แล้ว

หากบุคคลคิดเห็นสิ่งต่างๆในชีวิตตามความเป็นจริง หรือ**แต่งนิยายชีวิตจริง** โดยนำหลักพุทธธรรมมาเป็นเค้าโครงของการคิด เราก็จะอยู่ในโลกของความเป็นจริง เข้าใจสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นตามเหตุปัจจัย แม้สิ่งทั้งหลายจะไม่แน่นอน หรือไม่เที่ยง (อนิจจัง) เป็นทุกข์หรือทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ (ทุกขัง) ไม่สามารถบังคับได้ดังปรารถนา เพราะไม่ใช่เป็นตน

---

* *เรื่อง **โยนิโสมนสิการ** หากต้องการศึกษารายละเอียดมีอยู่ในหนังสือ **ปัจจัยแห่งสัมมาทิฏฐิ** ของพระอาจารย์**ไชยา อภิชโย** วัดตาดน้ำพุ ต.คำด้วง อ.บ้านผือ จ.อุดรธานี*

เป็นของๆ ตนที่แท้จริง (อนัตตา) อันเป็นกฎของธรรมชาติหรือกฎไตรลักษณ์ เราก็จะเตรียมตัวเตรียมใจพร้อมที่จะเผชิญกับสิ่งต่างๆ ที่จะเกิดขึ้นในชีวิต ด้วยสติ ปัญญาที่รู้เท่าทัน ไม่ว่าจะเป็นความแก่ ความเจ็บ ความตาย การพลัดพรากจากของรักของหวง การประสบกับสิ่งอันไม่เป็นที่รักที่พอใจ แม้มีความปรารถนาสิ่งใดไม่ได้สิ่งนั้น เราก็จะไม่เป็นทุกข์

ขณะเดียวกันเราก็พัฒนาคุณธรรมของเราให้สูงขึ้น ด้วยการป้องกันสิ่งที่ไม่ดีไม่ให้เกิดขึ้นในตัวเรา แก้ไขข้อเสียที่มีอยู่ให้ลดลงจนหมดไป เปิดรับสิ่งดีๆ ที่ยังขาดอยู่เข้ามาในชีวิต และรักษาความดีที่มีอยู่ให้มั่นคง พร้อมกับพัฒนาให้เพิ่มพูนยิ่งขึ้น

ด้วยการมีธรรมทัศน์ (มุมมอง,ความคิดในทางธรรม) ดังกล่าวจะช่วยให้บุคคลยืนหยัดอยู่ในโลกมายาใบนี้ ซึ่งเต็มไปด้วยภาพลวงตาโดยไม่หลงโลก แต่จะอยู่อย่างรู้เท่าทันโลก ใช้ชีวิตที่เกิดมาเป็นมนุษย์ด้วยความยากลำบากในชาตินี้ เพื่อพัฒนาตนเองให้มีคุณธรรม เสริมปัญญาบารมีให้สูงขึ้น อันจะเป็นพลังทำลายเครื่องจองจำของกิเลส ตัณหา อุปาทาน ที่พันธนาการจิตใจให้ลุ่มหลงเวียนว่ายอยู่ในโลกทั้งสาม (กามภพ รูปภพ อรูปภพ) ให้หลุดพ้นไปได้

เมื่อนั้นชีวิตก็จะอยู่เหนือโลก

ขอความเพียรอันชอบของท่านทั้งหลาย จงนำท่านถึงปณิธานที่มุ่งหมายทุกท่านด้วยเทอญ

ขอเจริญพร

พระอาจารย์ชาญชัย อธิปญฺโญ

บ้านห้วยโป่งกาน จ.แม่ฮ่องสอน

๗ กันยายน ๒๕๔๘

สะสมอริยทรัพย์

ขอเชิญท่านผู้มีกุศลจิตร่วมทำบุญซื้อที่ดิน สร้างกุฏิ อาคารปฏิบัติธรรม ที่คลอง ๑๐ ถนนรังสิต-นครนายก ต.บึงบา อ.หนองเสือ จ.ปทุมธานี อุทิศเป็นศาสนสถาน ถวาย พระอาจารย์ ชาญชัย อธิปญฺโญ โดยนำเงินเข้าบัญชี **กองทุนร่มอาราม บัญชีออมทรัพย์เลขที่ ๔๗๐-๒-๔๒๒๗๓-๑** ธนาคารกสิกรไทย สาขาถนนแจ้งวัฒนะ

รายละเอียดสอบถาม อาจารย์ สุวรรณา สุวรรณผล

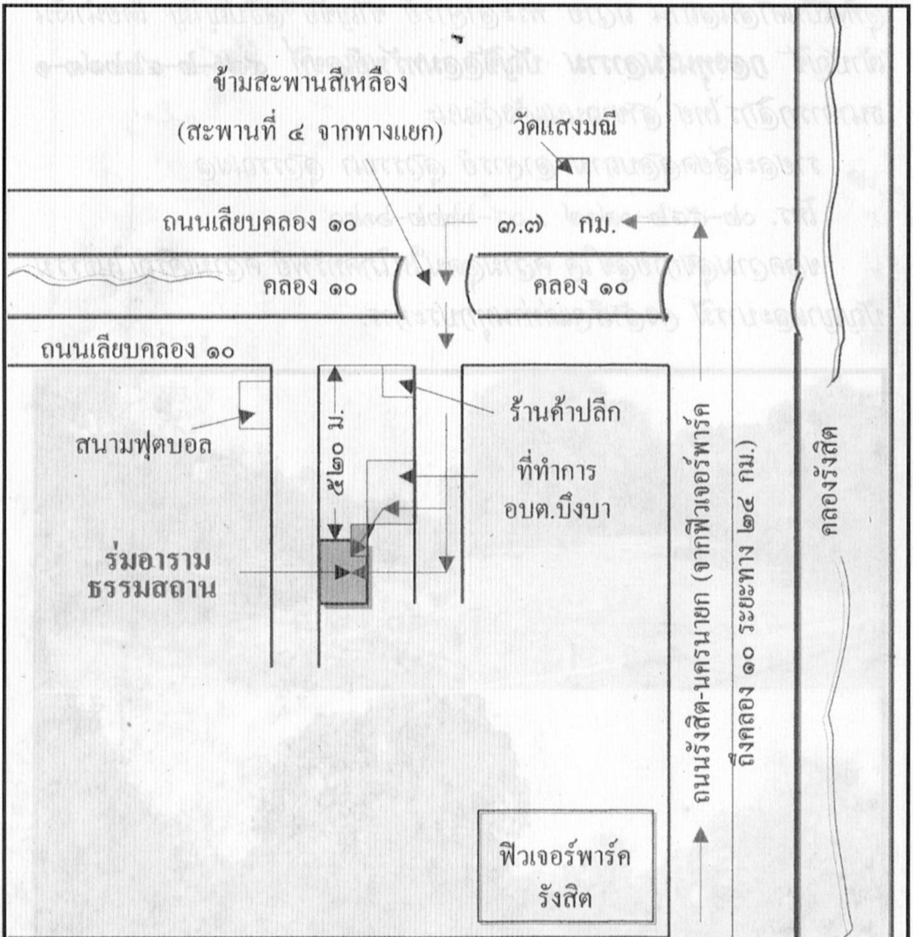
โทร. ๐๒-๕๘๒-๐๗๑๗ , ๐๘-๖๖๒๒-๖๑๒๐

ขอความสุขกายสุขใจ ความอุดมในโภคทรัพย์ ความเจริญในธรรม ปัญญาและบารมี จงสำเร็จแด่ท่านทุกประการ.



แผนที่ไปร่มอารามธรรมสถาน

หมู่ ๓ คลอง ๑๐ ถนนรังสิต-นครนายก
(หลัง อบต.บึงบา) ต.บึงบา อ.หนองเสือ อ.หนองเสือ
จ.ปทุมธานี ๑๒๑๗๐ โทร. ๐๘๙-๙๖๓-๘๙๔๑





พระอาจารย์ชาญชัย อธิปญฺโญ
บ้านห้วยโป่งกาน จ.แม่ฮ่องสอน
กันยายน ๒๕๔๘

บัญชีชีวิต ๒

ความจนไม่ใช่สิ่งที่น่ารังเกียจ เพราะความจนไม่เป็นอุปสรรคปิดกั้นการสร้างความดี

คนจนเป็นคนดี มีคุณธรรม และอยู่อย่างมีความสุขได้

ความชั่วต่างหากที่ควรรังเกียจและควรระวัง เพราะความชั่วเกิดขึ้นได้กับทุกๆ คน ไม่ว่าจะเป็นคนจนหรือคนรวย มีการศึกษาต่ำหรือสูง มีตำแหน่งหน้าที่ต่ำหรือสูง ตลอดจนอยู่ในวัยเพศและสถานะต่างๆ ความชั่วเมื่อทำไปแล้วส่งผลให้ผู้ทำ และผู้ที่เกี่ยวข้องได้รับความทุกข์เดือดร้อน

จึงควรหลีกเลี่ยง อย่าทำ

ตรงข้ามกับความดี ยิ่งทำมาก
ผู้ทำและผู้ที่เกี่ยวข้องยิ่งได้รับประโยชน์มาก

จึงควรทำทุกโอกาส

ภาพปก: ศิริพรรณ พันธ์พงษ์

พระอาจารย์ชาญชัย อธิปญฺโญ